A. Carleuaro

古典吉他 教學系列

3

左手技巧(上)

亞貝爾・卡雷巴洛 作 者 羅文芳 譯 古典新韻 出版

索引

前　言
譯　序
把位變換的預備練習 6

一、替換移動

一個手指在同一弦上的替換 7
一個手指在不同弦上的替換 14
一個手指的八度替換練習 16
二個手指的替換 18
使用封閉和弦的手指替換 19
一個手指的間接替換 24
一個手指替換的左手移動練習 26
不同手指在同一琴格及所有弦上做替換的移動練習 28

二、移位移動

一指或數指在近距及遠距把位的移動

使用1指上行，4指下行的移位移動 30
　近距把位 30
　遠距把位 31
使用4指上行，1指下行的移位移動 35
　近距把位 35
　遠距把位 37
使用1指上行，2指下行的移位移動 42
　近距把位 42
　遠距把位 43
使用2指上行，1指下行的移位移動 44
　近距把位 44
　遠距把位 46
使用1指上行，3指下行的移位移動 47
使用3指上行，1指下行的移位移動 48
使用1指上行，4指下行的移位移動 50

三、跳躍移動

相鄰指的跳躍 51
間隔指的跳躍 52
遠距把位跳躍 55
八度跳躍 56
亞貝爾・卡雷巴洛作品一覽表

前言

左手技巧

左手在指板上的移動

本書（第三冊）陳列出一系列的練習，其目的是要讓學生對左手機能有一合理及具意識的定位能力。第一部份所論及的就是要以有系統的各種指板距離間的左手移動練習來訓練左手精確的動作。

吉他指板的長度與厚度超過了左手正常動作的範圍而產生了一些困難，不像其他弦樂器有較小的指板，左手的動作範圍較小，因此吉他的左手動作在樂段需求時，必須從指板的一端移動至另一端，因而使彈奏變得更加困難。

左手對距離之完全掌握的能力是絕對不可或缺的，爲了達到這項要求，就必須要能完美地控制手腕與手臂。必須強調的是所有這些動作都要和定位感結合方能迅速地征服所有的距離。而初期必須藉由目視的協助，但等到已建立起對距離的完全意識感後，這種目視的動作就會消失，也許只要稍微一瞥就足夠了。

由於食指具有穩固的定位感，而它又與拇指結合成爲左手的支柱，因此它必須當成導引指之一。在做把位變換時，手腕與手臂必須密切配合，有意識地使用它們將能促使動作輕易完成，更能做大幅度的移動，而這些動作是無法單靠手來完成的。

我們必須把手視爲前臂的延伸，並且與前臂結爲一體，因此對於手的任何動作，都必須將前臂的位置謹記在心。

將手肘緊靠身體會妨礙手的動作，一些不合時宜的教學法卻要求學生如此做，這種方式只會造成負面的結果，並且增加動作的困難度。只要手指動作的需要，就必須轉動及移動手臂來完成它。手臂動作的目的是要將手安置在指板上，這個動作必須是完全自然的，不要刻意地避免它。

拇指不能有任何自己的動作，我們必須記住，拇指是在幫助其他手指在指板上保持按弦時的壓力，並維持吉他的平衡及防止手脫離琴頸，但所有這些都不允許拇指有懸掛或任何其本身的動作。左手拇指要特別注意，如果放置的位置不正確，則在把位變換時將引起嚴重的困難。

學習者必須注意，肌肉的放鬆和彈奏需要的收縮是同等重要的。手指動作的這兩種狀態必須給予適當的區分與闡釋：起音時肌肉要收縮，動作一完成則要立刻放鬆。我們要避免肌肉持續的收縮，因爲那將引起肌肉的僵硬而失去手的靈活度與敏捷性。

學習技巧必須建立手指完全的意識控制力。雖然這些練習只是和手指的機械動作有關，但我們必須切記這些訓練是成爲一個吉他家所必備的條件。技巧不單只是生理上的行爲及手指的動作表現而已，重要的是它必須成爲經由心智控制的一種過程。因此，技巧在困難的樂句中也絕不能

成爲一種不經思考甚至無法控制的動作，反之，它是經常處於大腦的控制之下成爲一種內在的力量，並得隨時保持彈性，使其在心智的要求下能精確地成爲表現音樂的工具。

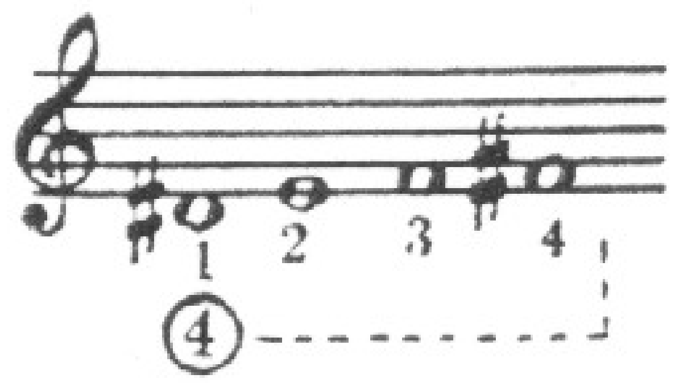
從最開始就要避免錯誤，因此學生們一定要以非常緩慢的速度開始練習，使注意力能更集中地去做出精確的動作。

聽力的訓練必須在最初即謹記在心。一般而言，學生們大多不聽自己的演奏，因此更需要專注並訓練聽力去聽自己的演奏，但並不只是去聽那些彈錯的音符而已，而且更需要專注於聆聽其音質、強度與音長。如此方能藉由良好的聽力去增進自己的演奏能力。爲了得到聲音細微的變化，聽力訓練是不可或缺的，從聆聽自己演奏的訓練中可以精確地提高聽的能力。要同時扮演演奏者與聽衆雙重角色是非常困難的，但學生們一定要堅持這種角色的雙重性格及習慣於當自己的聽衆。

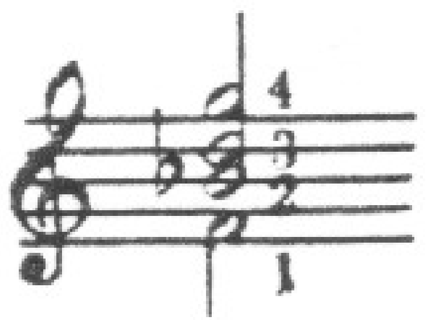
左手在指板上的手型

縱向手型：手指要以與弦同方向的方式放置，每一支手指都放置在不同的琴格上。當左手手指同時放置在同一弦上時，指尖形成了一條假想的直線，也就帶給我們縱向的觀念——與指板平行的關係。

如果我們把手指同時放置在同一弦上但不同的琴格，如例一時，我們將能證實，如要以最小的努力獲致最大的效果，則此時手肘將傾向於靠近身體，使指尖能落在平行琴弦的直線上。



例一



例二

橫向手型：手指放置的方式是手指落在同一琴格但不同弦上，此時形成與琴格平行的關係。如果我們把手指同時放置在同一琴格但不同弦上如例二，我們將發現，爲了達到良好的效果則手肘必須離開身體，使指尖能自然地以平行琴格的方式放置，此時拇指在琴頸背面會有側傾現象。

混合手型：因應音樂上的需求，將前述兩種手型予以適切地混合與調整，使動作易於達成。所有在指板上的各種手型，都必須使手指能在各個把位上容易放置。

爲了使手臂的動作能傳導至手以便於手能完成各種手型的變換，則必須要能固定手腕。固定手腕的意思就是避免腕關節變動，而使手臂的動作能傳導至手，但必須記住，只有在手型變換爲使手臂動作能傳導至手時才使用固定手腕，一旦這個變換完成，就要立即停止固定而恢復其彈性，使能因應手指的其他需求。

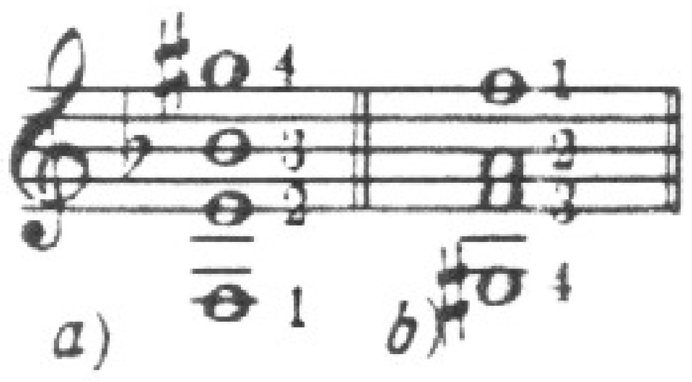
左手不能對琴頸施加任何不必要的力量，否則將使手指變得僵硬，應該讓手指有最大的動作自由度。因此，由食指和拇指所形成的內側弧線要從琴頸的位置做適度的分離，使手指具有更大的動作自由度。依此要領，手臂就能向前推出而不需任何其他施力即能將手指放置在第六弦上。

我們可以依此動作要領將手指從第六弦移動至第一弦或相反的移動方向，使手指能以垂直指板的方式自由移動，避免以變形或伸直的方式去按第六弦。

左手的橫向動作

依下述方式練習：將拇指放置妥當使食指和拇指所形成的內側弧線能由琴頸而做適度的分離，此時左手四根手指（依 1-2-3-4 順序）放置在第一弦的四個音上——F，F♯，G，G♯。放置在第一弦後再僅用手臂向前推出的方式將手指帶至第六弦，並以和第一弦相同的方式放置在第六弦上，然後再回到最初的第一弦上。依此要領重覆地練習數次，直到動作能輕易完成爲止。必須切記的就是僅能依賴手臂的幫忙去完成動作，不能在手指加上任何力量來放置它們。

交叉動作練習：僅依手臂的幫助來完成動作。依例三的方式將手指正確地放置在琴格上，不可因此而給予手指施加任何力量。



例三

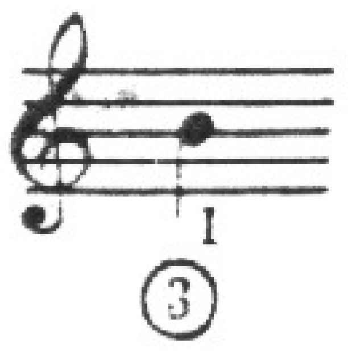
練習例三中 a) 變換成 b) 及 b) 變換成 a) 的動作數次，但只能利用手臂動作來完成。此時拇指本身不能移動，它必需在動作中扮演支點的角色，因應手臂的動作而在同一點上轉動。在這些練習中，固定手腕是必要的動作。

所有這些實例的說明，無非是要使學生們了解使用手臂的重要性，手指本身不能單獨動作，而手腕和手臂必須形成一個整體單元，在左手技巧中它們扮演一個非常重要的角色。

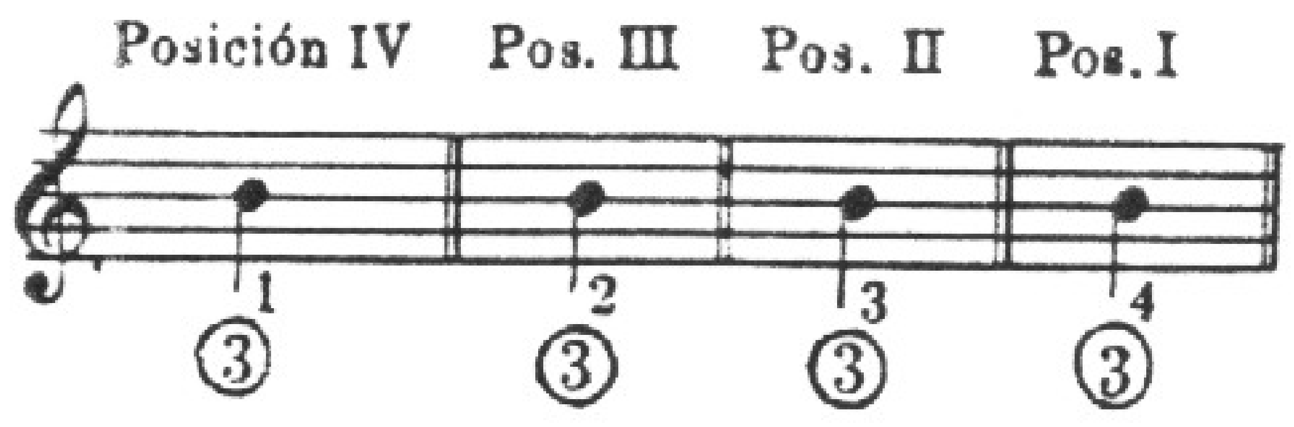
左手的縱向移動

這是指左手從某一把位移動至另一把位的動作，所有的縱向移動都必須要手臂參與動作。把位（ Position ）可以定義爲：左手與指板上琴格的相關位置。當第一指放在第一格時，就稱手此時位於第一把位，若在第三格時，就稱爲第三把位，以此類推。

舉個例子，若第一指放置在第三弦第四格的 B 音上時，此時手就位於第四把位（見例四）；但若以第二指來按此音，就稱位於第三把位。同樣地，這音以第三指或第四指去按時，就稱爲第二或第一把位（見例五）。



例四



例五

由該例我們可以看出把位的序號完全依食指所在的琴格而定，上方的羅馬數字則表明把位的位置或其變換。我們以食指來決定把位名稱相當方便，甚至食指都可以不放在指板上。

左手在指板上的移動可以分爲三類；替換、移位及跳躍。

1. 替換（ Substitution ）

顧名思義，這種移動把位的方式是以某一手指來代替另一手指而置於同一琴格上。因此替換的移動方式產生於鄰近的把位之間。所謂鄰近的把位指的是四根手指縱向放置時它們所涵蓋的範圍。注意：替換移動的共同要素是琴格。

2. 移位（ Displacement ）

這型移動是同樣的手指要移動到新的位置，可以是在鄰近的，也可以是在較遠的位置之間發生。較遠的位置指的是超過四指所能涵蓋的正常範圍。注意：移位移動的共同要素是手指。

3. 跳躍（ Jump ）

手要由原先的把位跳躍至不相關的把位。手指既非移位亦非替換，所以手的新位置與原位置之間並無共同要素來導引。

所有的移動都必須由手臂－手腕－手的整體單元來共同完成，手指不能單獨動作，它必須和手腕及手臂結合成一體成爲左手技巧的主體。

在本系列第一冊的自然音階中，大調音階是使用跳躍的移動，而小調音階則使用跳躍及移位兩種移動方式。在音階的移動中，沒有使用替換的方式，因爲並不重覆任何一個音符。

左手的移位與跳躍移動可以在指板的任何區域內自由地動作，當然在高把位時會有相當的困難度，但仍要能使動作得到合理的解決。在跳躍移動中，由於沒有共同的要素來導引，手指既非移位，也不是替換，手必須完全變換到新的位置上，因此，所有的移動動作都要由手臂－手腕－手指來共同完成，才能獲致對距離的控制。

有意識的運用手臂及手腕將能使動作變得容易及達成單靠手無法獲得的動作幅度。技巧的研習必須要能獲致手指的完全意識力。思想必須和實際的動作緊密地配合，亦即所有的動作都必須具有心智上的起始點。因此，從最初起就要避免純機械式而不經思考的練習，如此方能獲得上述的完全意識力，爲了達到如此重要的境界，則必須以很慢的速度練習並要分析所有的動作細節才能獲致。

認眞地研習吉他，除了需要生理上的努力外，更要集中心智去練習，如能將這兩項要素合而爲一，則將是能獲致垂直進步的保證。

亞貝爾・卡雷巴洛

(ABEL CARLEVARO)

譯　序

亞貝爾・卡雷巴洛(Abel Carlevaro, 1918-)是烏拉圭著名吉他演奏家、教育家及作曲家，曾任蒙特維多音樂院主任教授，爲當今最傑出的吉他藝術家之一，亦是與魏拉一羅伯士(H. Villa-Lobos)及賽高維雅(A.Segovia)齊名之大師。

大師以二十年光陰創造一套完整的吉他教學法，在美洲及歐洲早已被視爲吉他發展史上新的里程碑。其精心著作的〝古典吉他——樂器技巧的理論與應用〞一書中所探討的理論與實踐，被譽爲今日最完美的吉他技巧理論。大師並依其理論設計了四冊古典吉他教學系列的技巧練習(Serie Didactica)，使吉他學習者能在最短的時間內提高技巧完成度。最近大師更融合技巧、分析與音樂詮釋完成四冊大師課程(A.Carlevaro Guitar Masterclass)。這整套大師著作已成爲舉世公認的吉他聖經。

今日樂壇，大師的弟子們也都能藉著他的技巧理論及音樂詮釋而在多項國際大賽中連連得獎，如曾經來台演奏極受好評的吉他演奏家〝沙達諾斯基(Sadanowsky)〞及〝費南德茲(Fernandez)〞二位，另如奧賽爾(Aussel)、皮耶里(Pierri)、貝尼特茲(Benitez)、希洛葉(Girollet)等皆爲他的入室弟子。

卡雷巴洛的吉他作品如美洲前奏曲集、Cronomias Ｉ(奏鳴曲)、五首練習曲(魏拉一羅伯士讚歌)、普拉達河協奏曲等，皆早已享譽樂壇。大師每年定期至世界各地演奏與講習，也常受邀爲國際吉他大賽評審。爲了感謝大師在音樂上的傑出貢獻，美國聯邦協會(Organization of American States)於1985年特頒予大師代表最高文化勳章的榮譽學位(Diploma of Honor)。

回顧國內吉他教育的發展，頗令人憂心。至今仍缺乏一套立論正確的教學法，甚至一家之言的各種錯誤觀念充斥坊間，不知造成多少藝術生命的折損，誠令人扼腕嘆息！

自一九八四年起，投入於卡雷巴洛理論的研究已歷七個寒暑。其間又經法國著名吉他家沙達諾斯基悉心的闡釋與教導，亦曾就教許多疑點於烏拉圭吉他名家費南德茲；其時就深覺大師這套理論著實非常珍貴，它解決了絕大部分吉他彈奏者所可能面臨的問題。當時就曾許下宏願，要將這套教材逐一譯出，爲國內吉他愛好者略盡棉薄之力。

大師這次來台講習與演奏，除了直接帶給我們關於吉他音樂的珍貴資訊外，更對我們研究並出版大師理論的求知精神給予諸多勉勵與讚揚。在可預知的未來，大師的理論勢將成爲世界吉他教學的主流，我們何其榮幸能獲大師親自教誨!唯有捐棄不合時宜的觀念，方能不負大師對我們的厚望。

讓我們期盼台灣的吉他水準能經由大師來訪與指導及其譯作的出版而邁向另一新紀元，希望這只是一個開端，我們將以追求眞理的精神繼續努力。

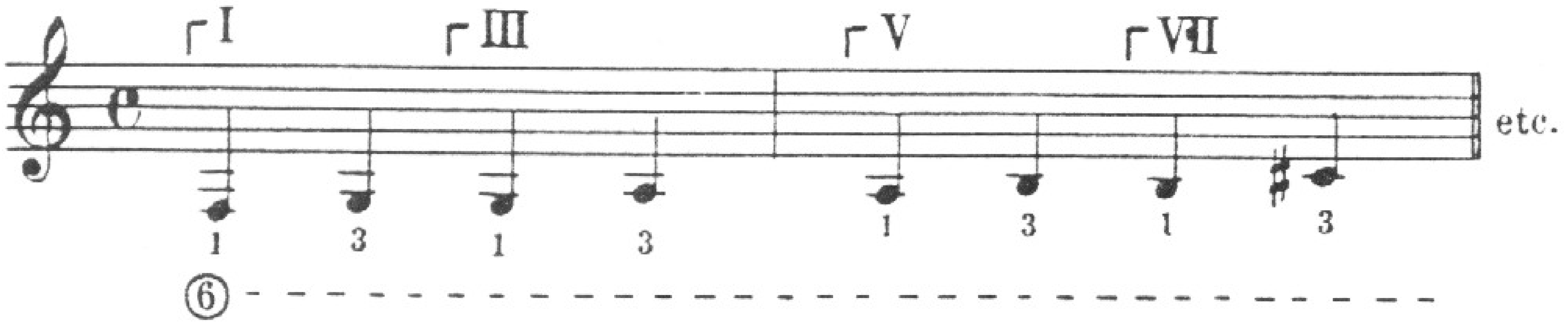
羅文芳
一九九一年十二月於台北

預備練習

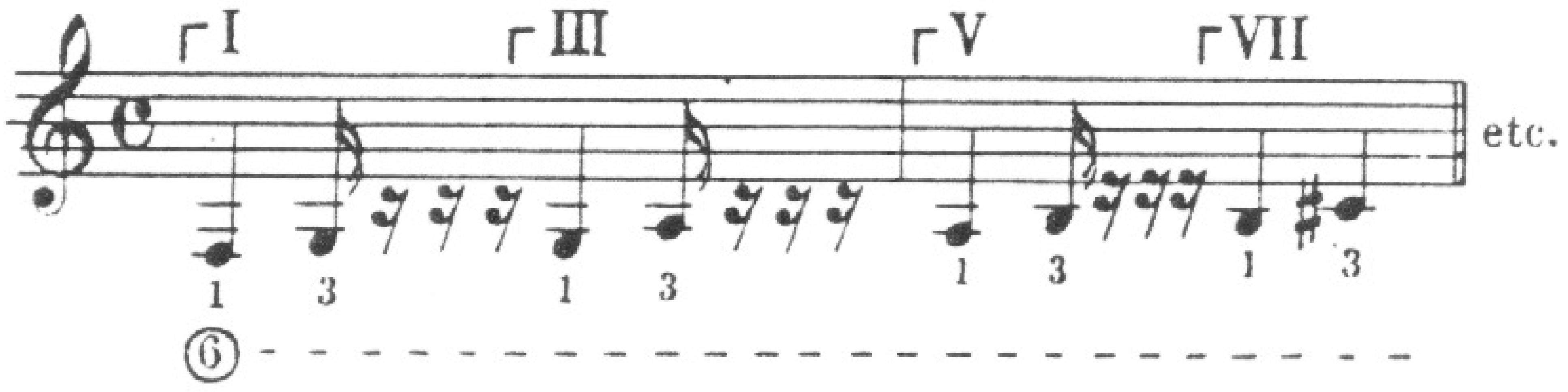
把位變換

學生在做此練習時要集中注意力在把位變換及養成盡量維持音符時值的習慣。因此，必須養成在精確時刻變換把位的習慣，不可以提前變換，否則將會搶走部份時值而使該音符的時值不夠。

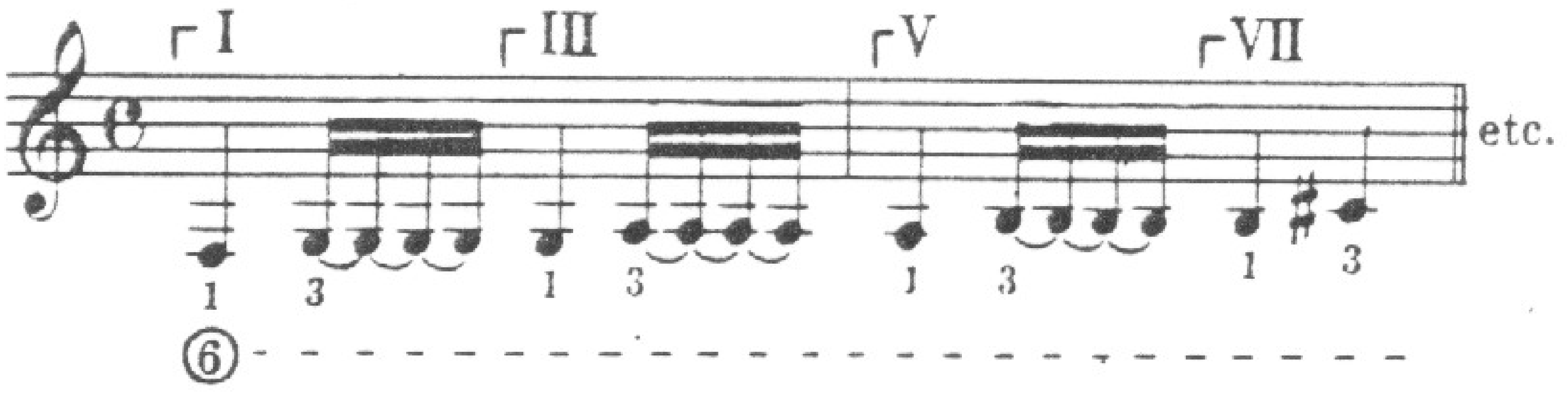
實例


I
III
V
VII
1
3
1
3
1
3
1
3
⑥
etc.

錯誤的彈奏

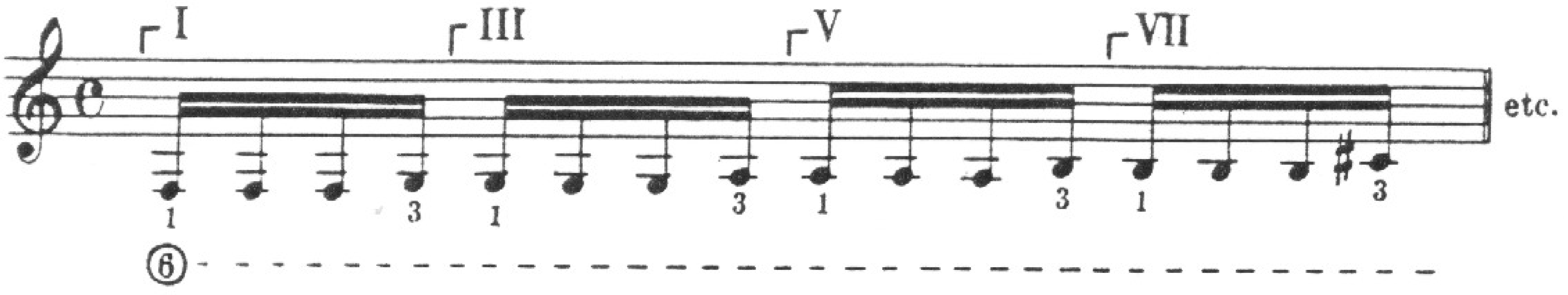

I
III
V
VII
1
3
1
3
1
3
1
3
⑥
etc.

正確的彈奏

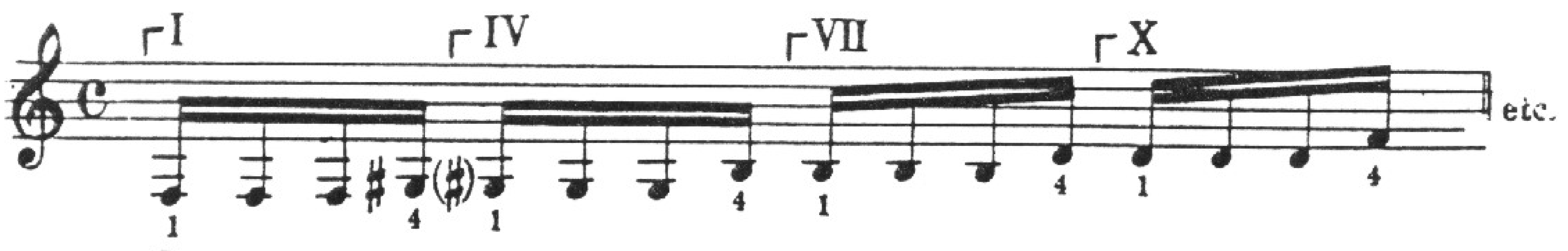

I
III
V
VII
1
3
1
3
1
3
1
3
⑥
etc.

爲了縮短變換把位所需的時間，必須做好下面的練習。

a)


I
III
V
VII
1
3
1
3
1
3
1
3
⑥
etc.

b)


I
IV
VII
X
1
4
1
4
1
4
1
4
⑥
etc.

左手技巧

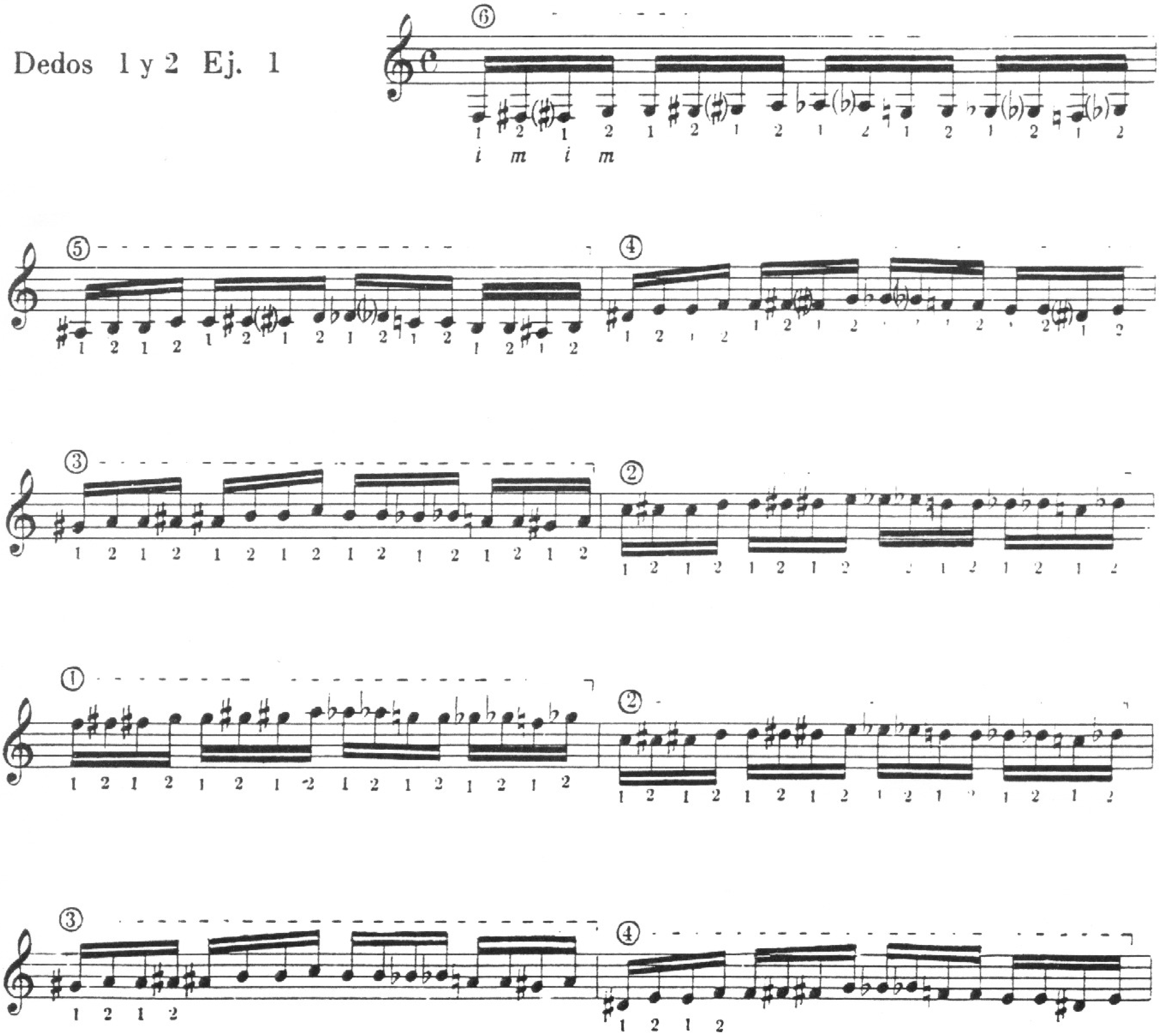
（左手在指板上的移動）

一、替換移動

一個手指在同一弦上的替換

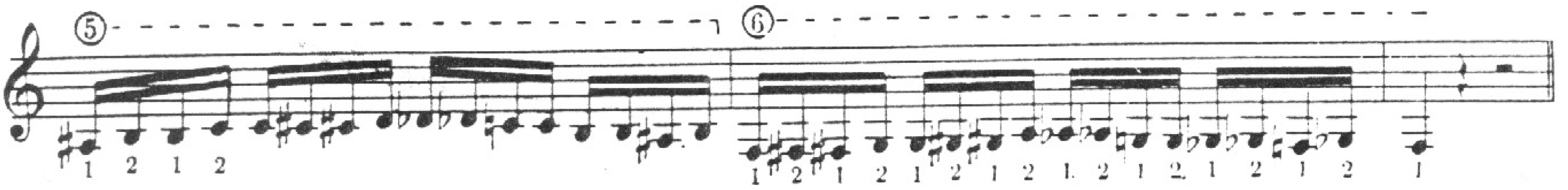
相鄰指

Dedos 1 y 2 Ej. 1

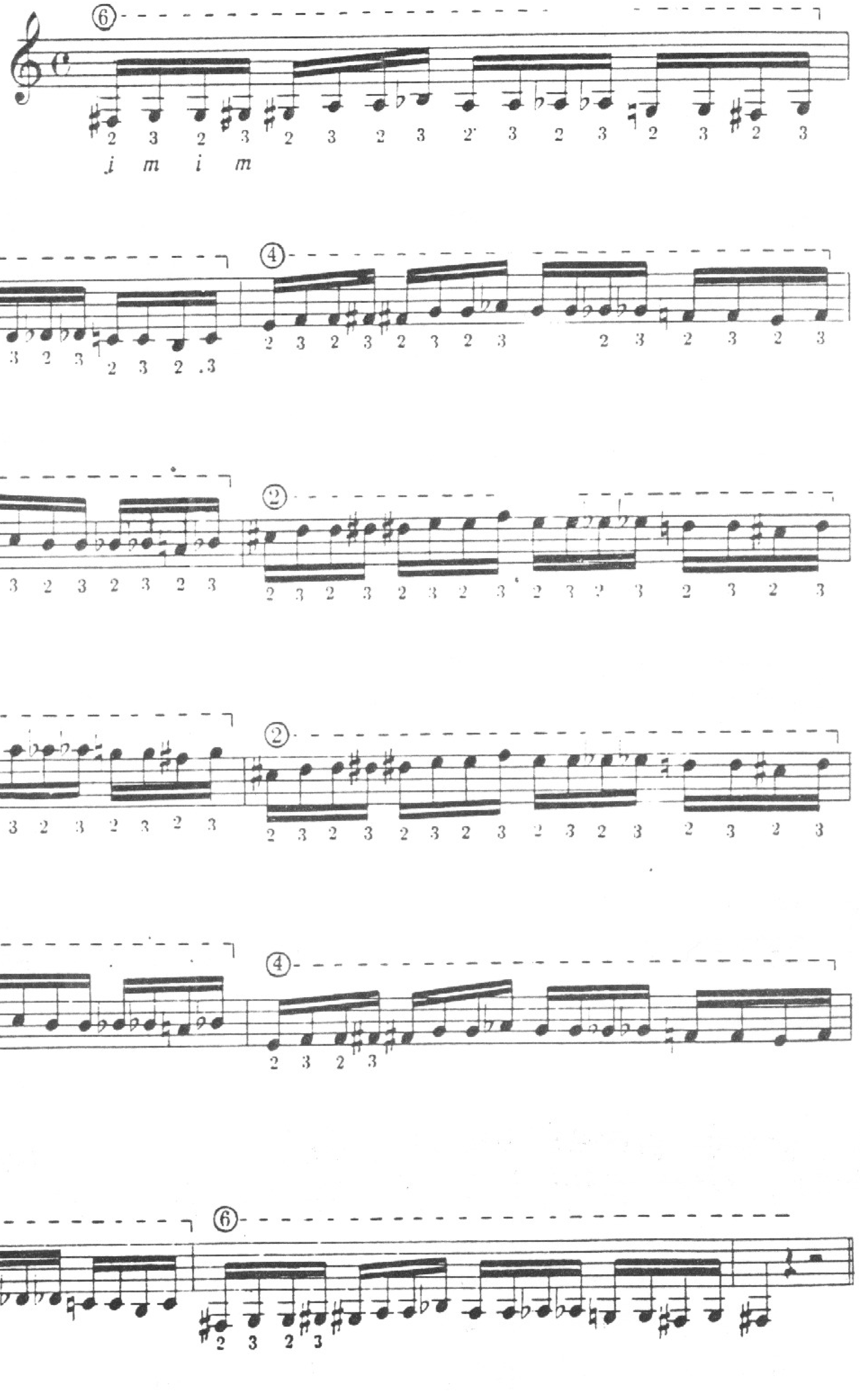


註1：本書許多練習中記在譜上的臨時記號是爲了便於讀譜而用的。而Dedos 1 y 2 Ej. 1是指練習1是左手1、2指的練習，其餘類推。

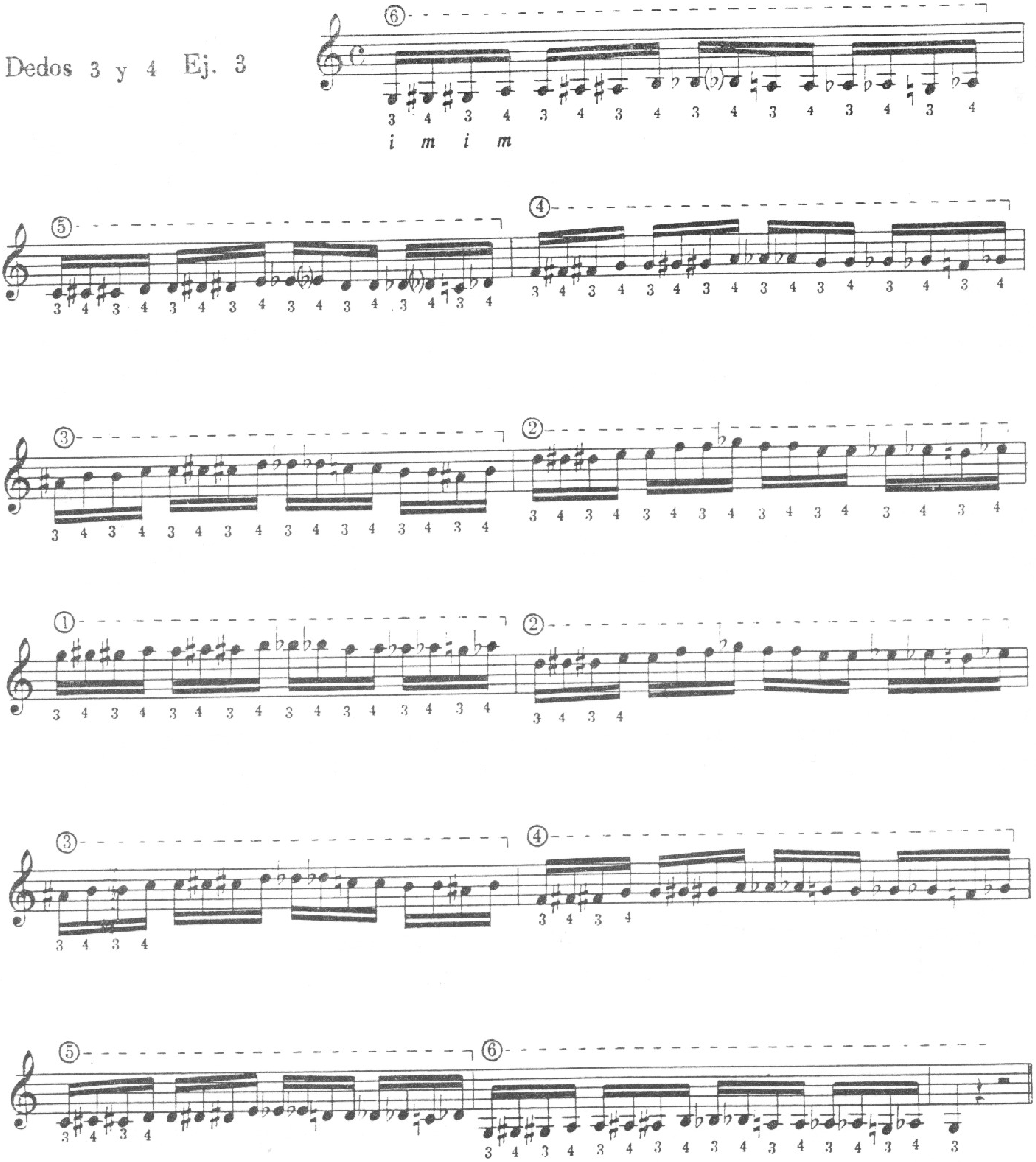
註2：關於本册一些較須明確說明及圖示的練習，請參閱大師名著：古典吉他—樂器技巧的理論與應用—書中之第十二章。


⑤
⑥
1 2 1 2
1 2 1 2 1 2 1 2 1 2 1 2 1 2 1 2 1 2 1

Dedos 2 y 3 Ej. 2


⑥
2 3 2 3 2 3 2 3 2 3 2 3 2 3 2 3
j m i m
⑤
④
③
②
①
②
③
④
⑤
⑥

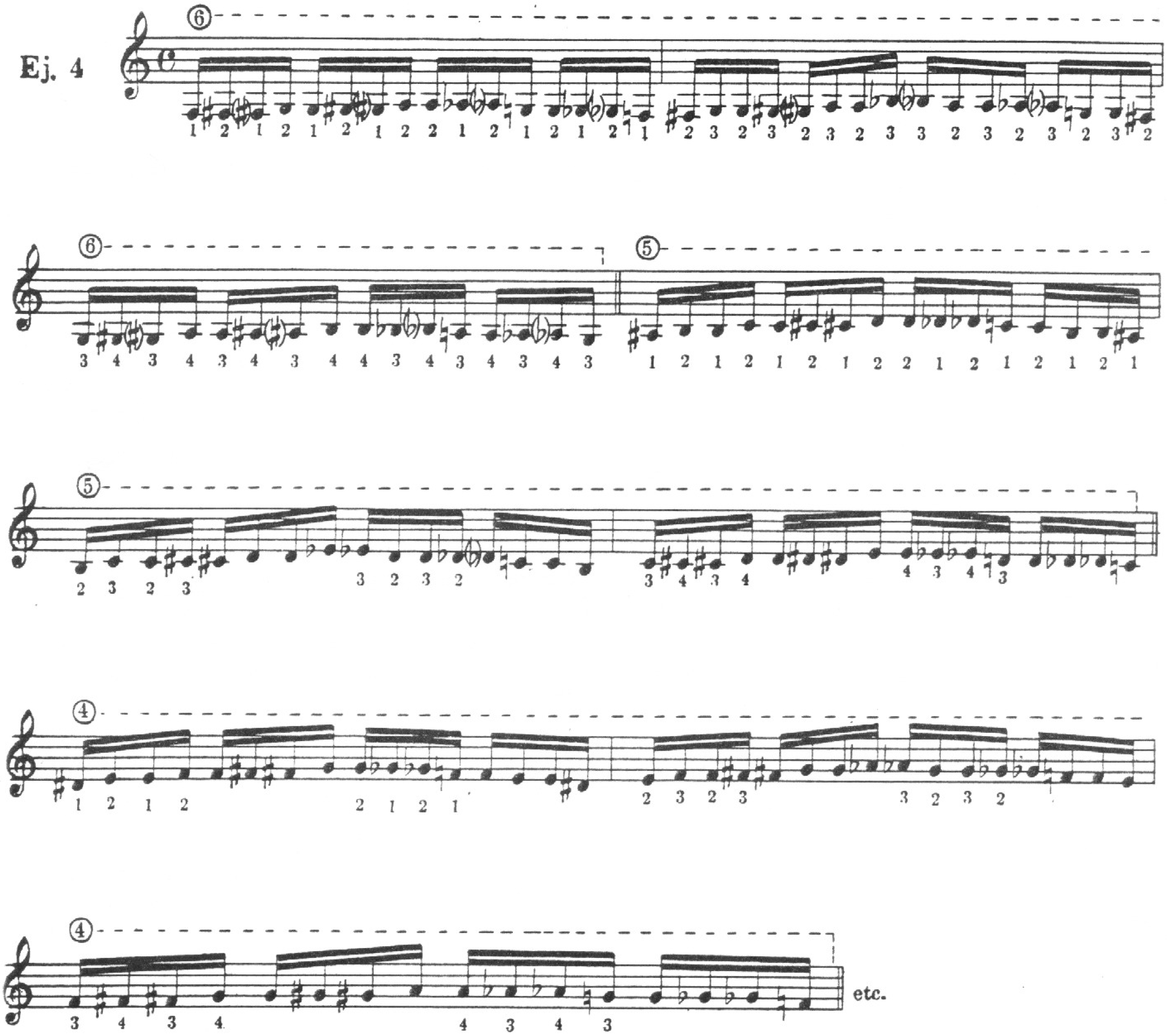
Dedos 3 y 4 Ej. 3


⑥
i m i m
⑤
④
③
②
①
②
③
④
⑤
⑥

本書所有的練習都必須在每一弦上做完整的練習，就如同之前的譜例所記，但之後的練習則採簡略式記譜，除非爲了讓讀者更能充分了解及清楚分辨，才全部印出。

綜合練習

Ej. 4

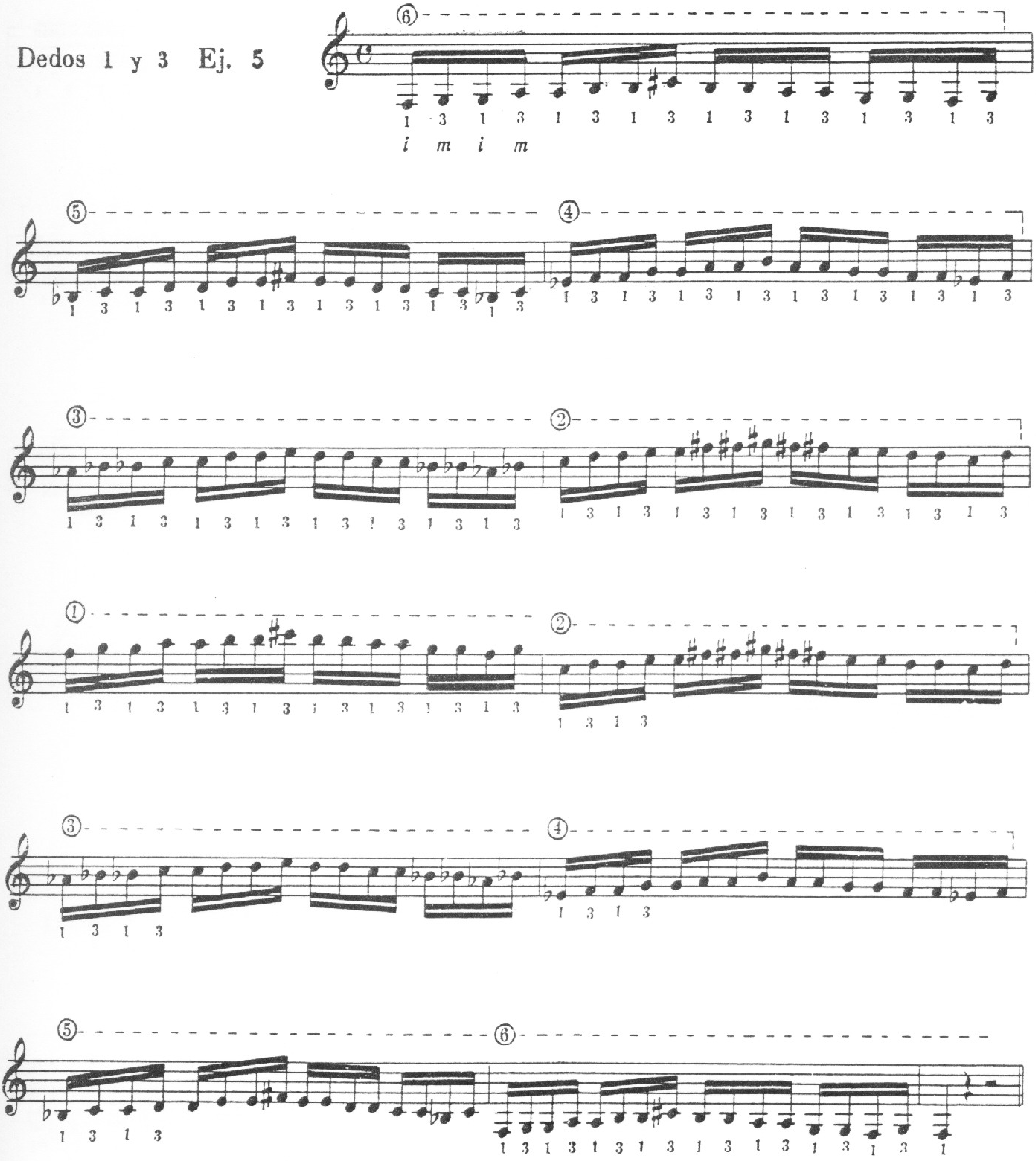

⑥
1 2 1 2 1 2 1 2 2 1 2 1 2 1 2 1 2 3 2 3 2 3 2 3 3 2 3 2 3 2 3 2
⑥
3 4 3 4 3 4 3 4 4 3 4 3 4 3 4 3
⑤
1 2 1 2 1 2 1 2 2 1 2 1 2 1 2 1
⑤
2 3 2 3 3 2 3 2 3 4 3 4 4 3 4 3
④
1 2 1 2 2 1 2 1 2 3 2 3 3 2 3 2
④
3 4 3 4 4 3 4 3
etc.

學生們要在其他弦上繼續練習，然後再以同樣的方式回到第六弦爲止。要以很慢的速度練習，直至熟練爲止。第二階段才能逐漸加快速度，但不能快到會妨礙動作控制的速度。

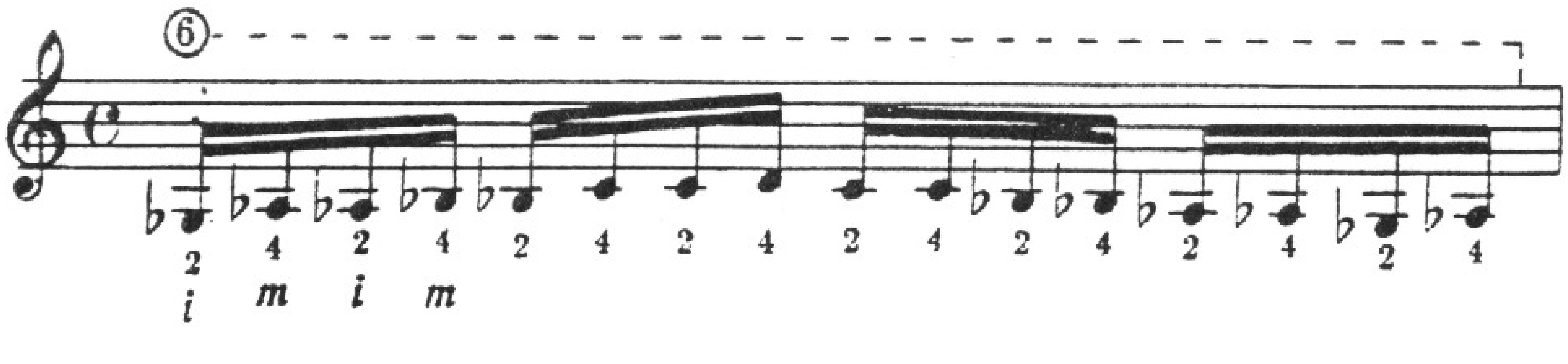
左手在移動時，手指必須從指板垂直離開以避免擦弦的雜音。在指板上的把位變換必須僅用手臂來完成。

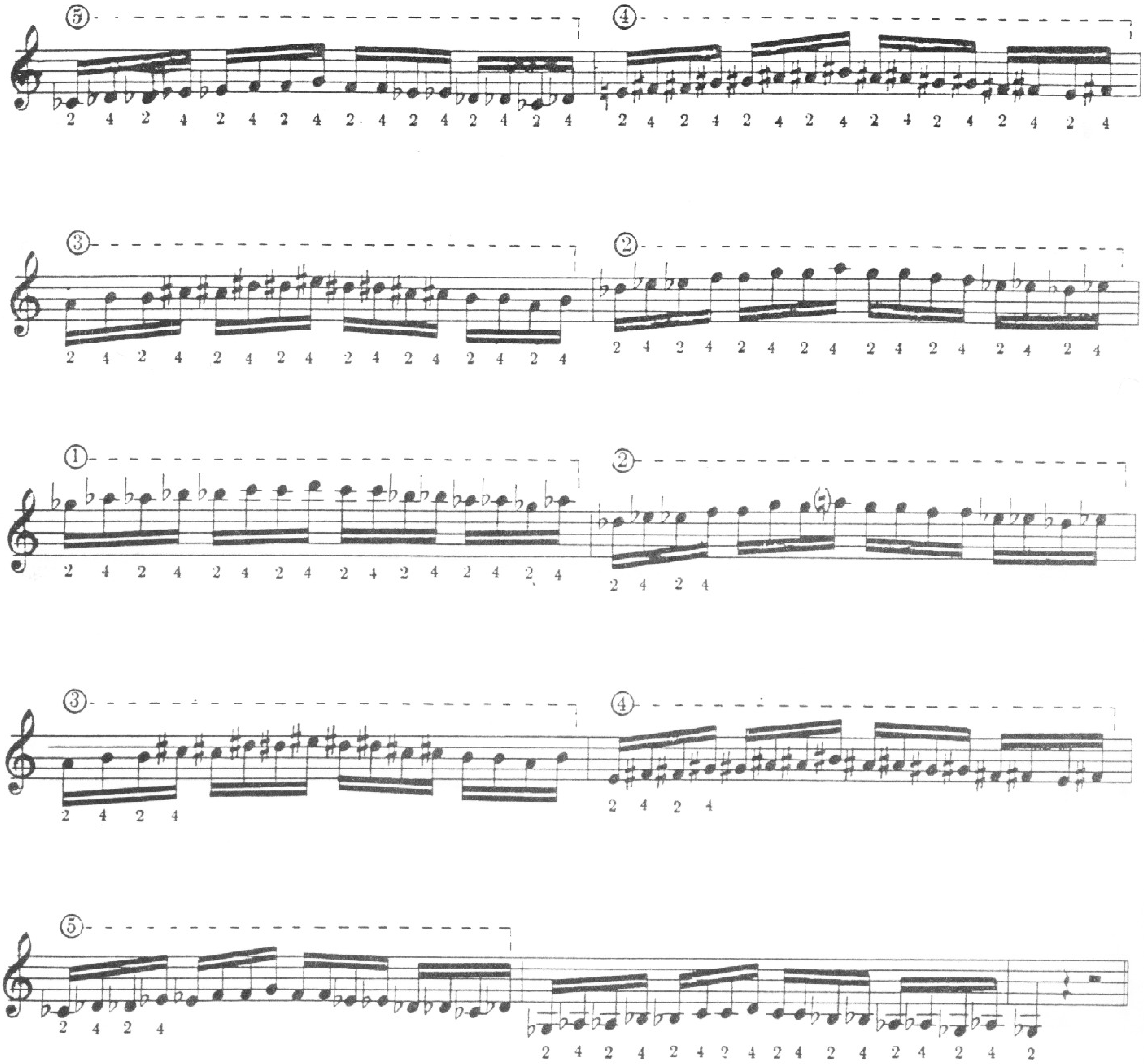
間隔指

Dedos 1 y 3 Ej. 5

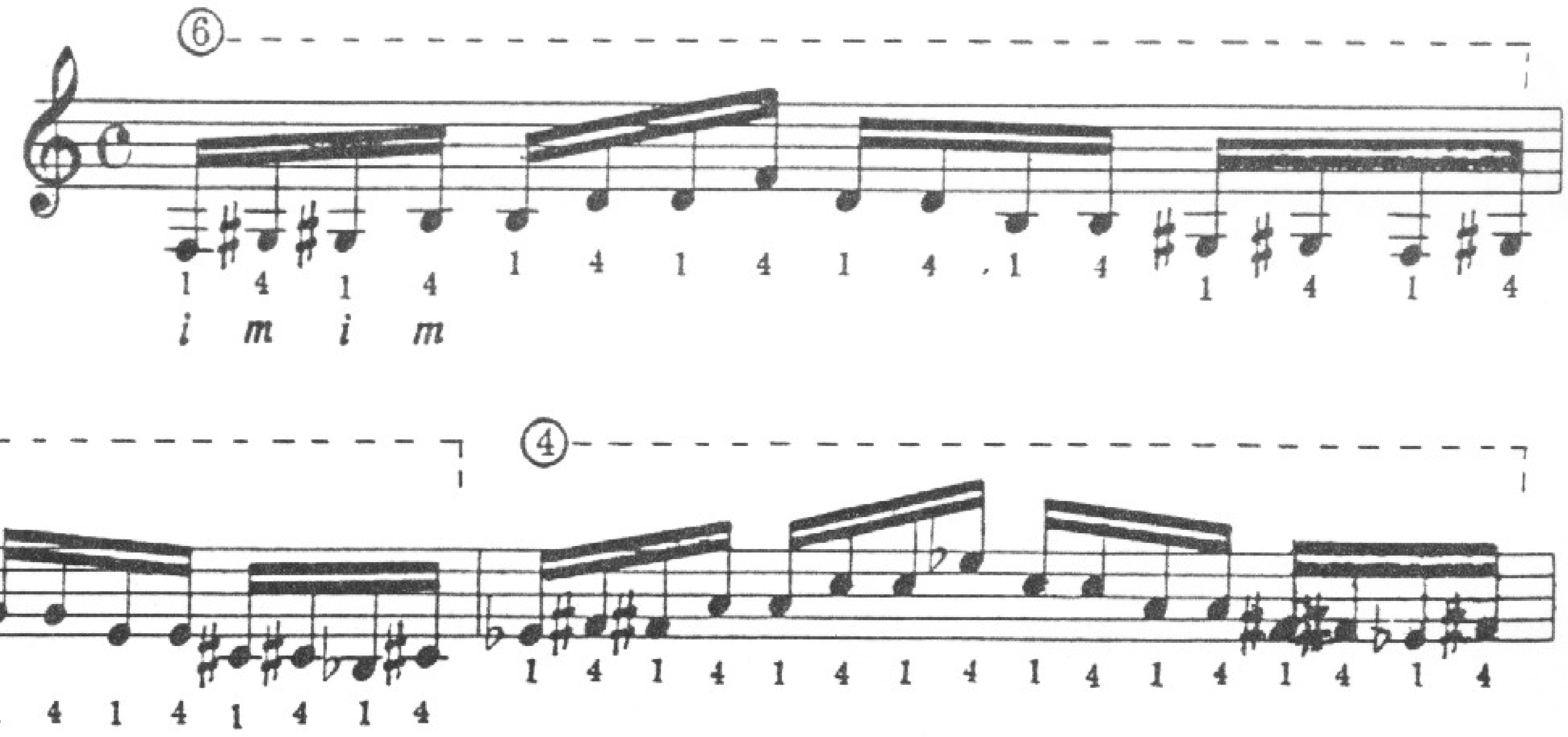

⑥
1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3
i m i m
⑤
1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3
④
1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3
③
1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3
②
1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3
①
1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3
②
1 3 1 3
③
1 3 1 3
④
1 3 1 3
⑤
1 3 1 3
⑥
1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1

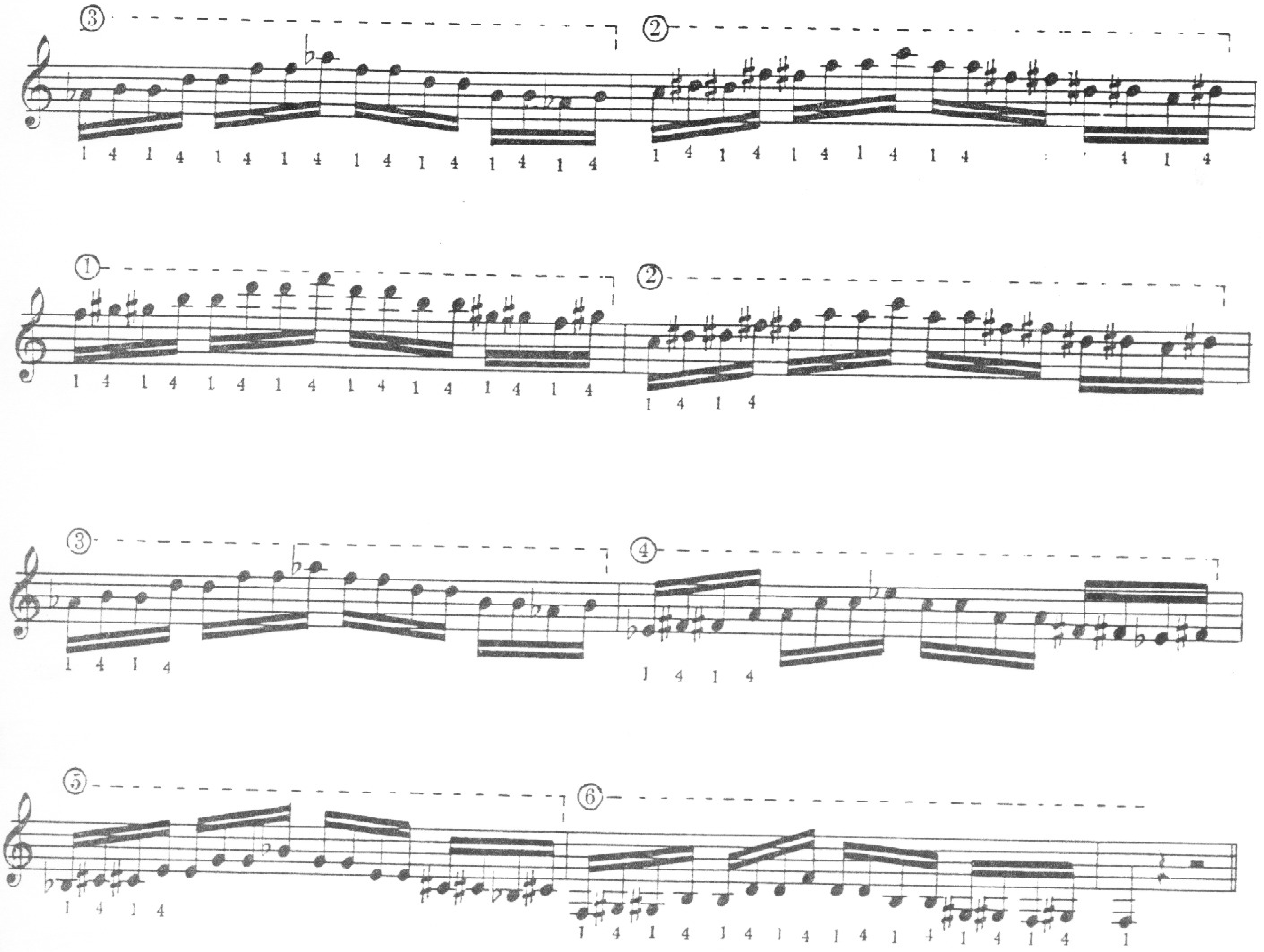
Dedos 2 y 4 Ej. 6


⑥
2 4 2 4 2 4 2 4 2 4 2 4 2 4 2 4
i m i m



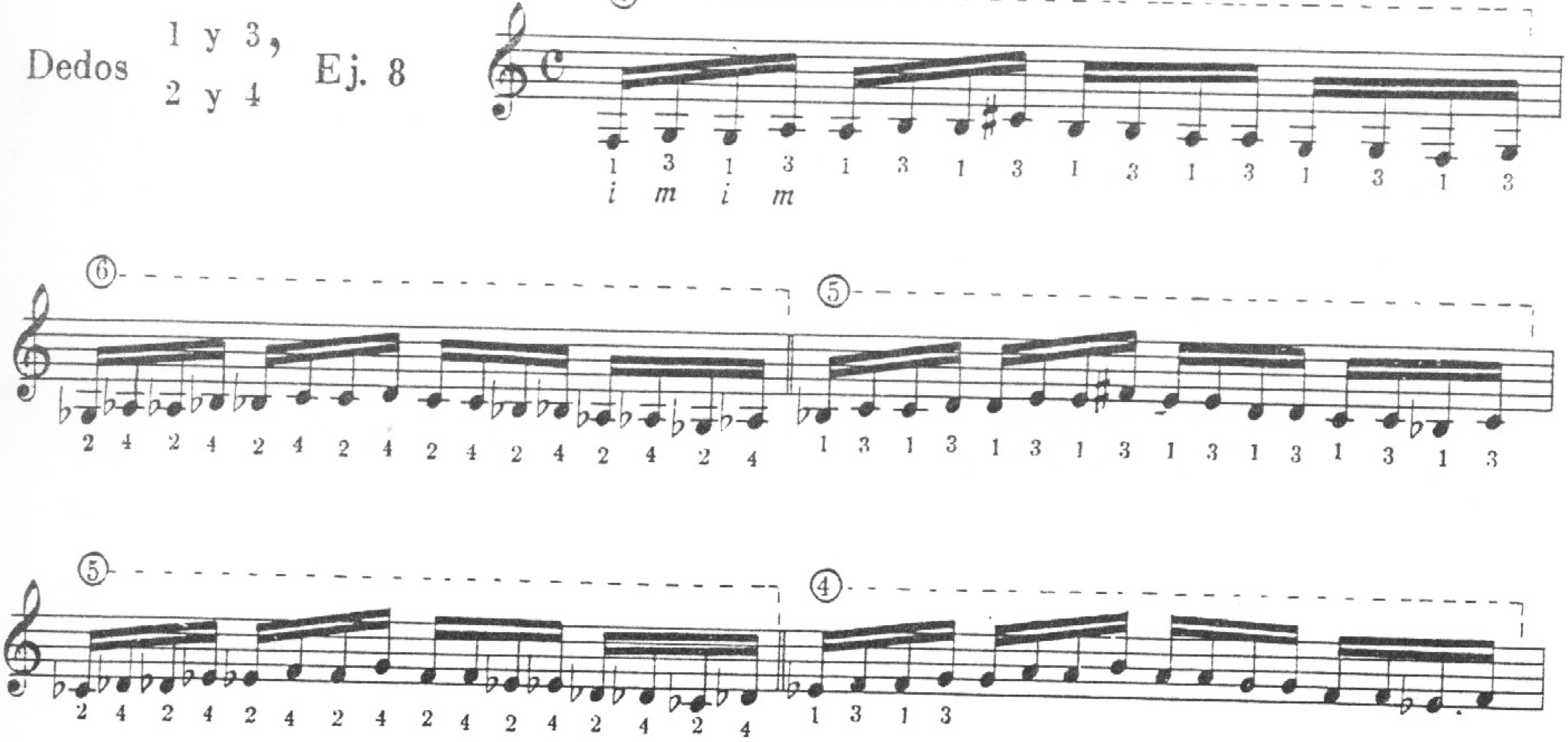
Dedos 1 y 4 Ej. 7

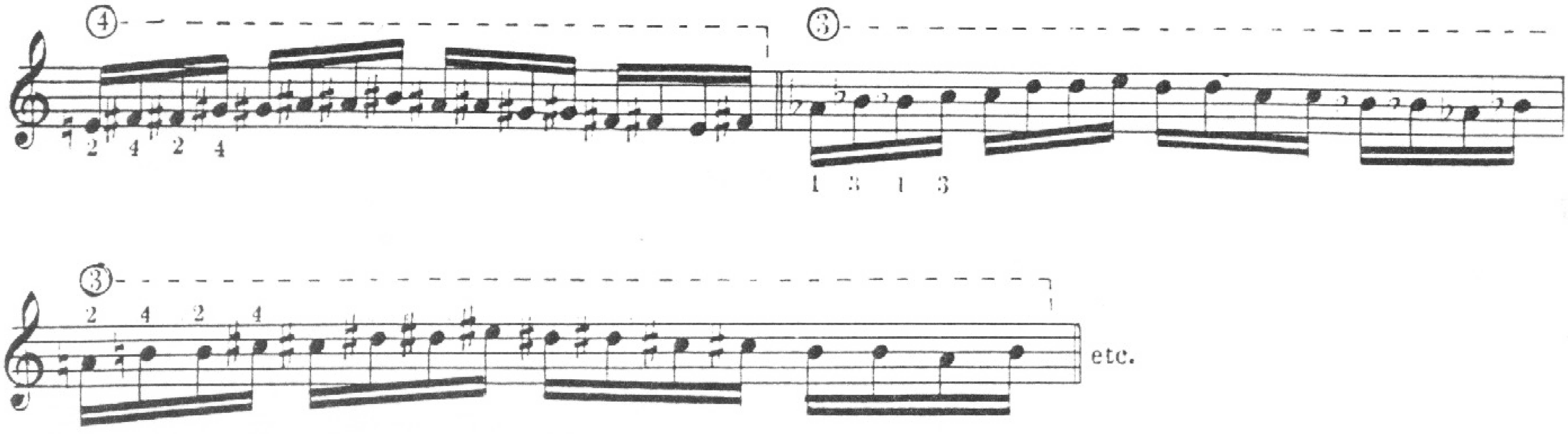




綜合練習

Dedos 1 y 3, 2 y 4 Ej. 8



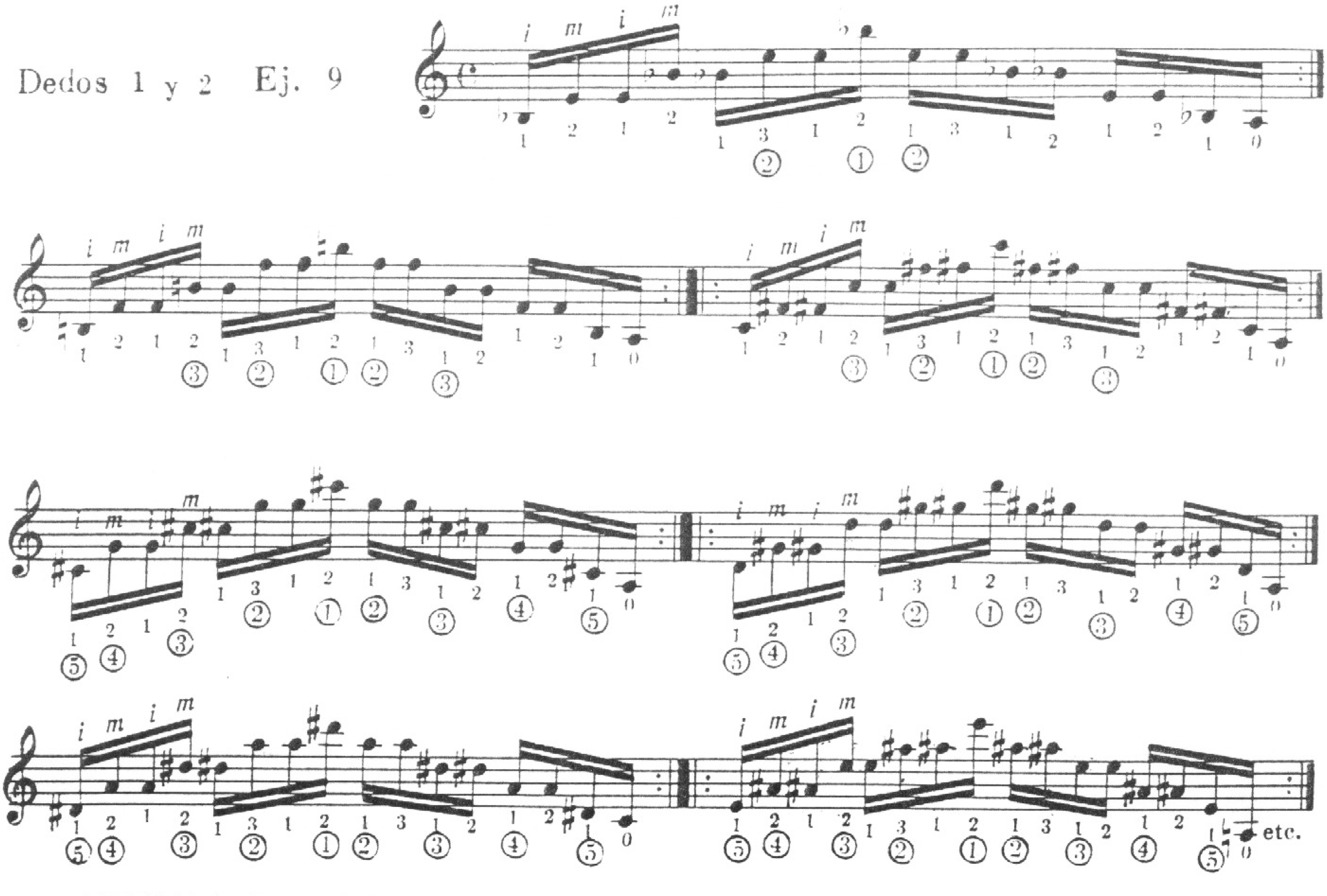


學生必須在其他弦上繼續練習，然後再以同樣的方式回到第六弦爲止。

一個手指在不同弦上的替換

在每一次要換把位時，拇指都要放鬆使手臂能執行移動的動作。在第二弦上使用的左手 3 指是爲了繼續相同的和音關係。

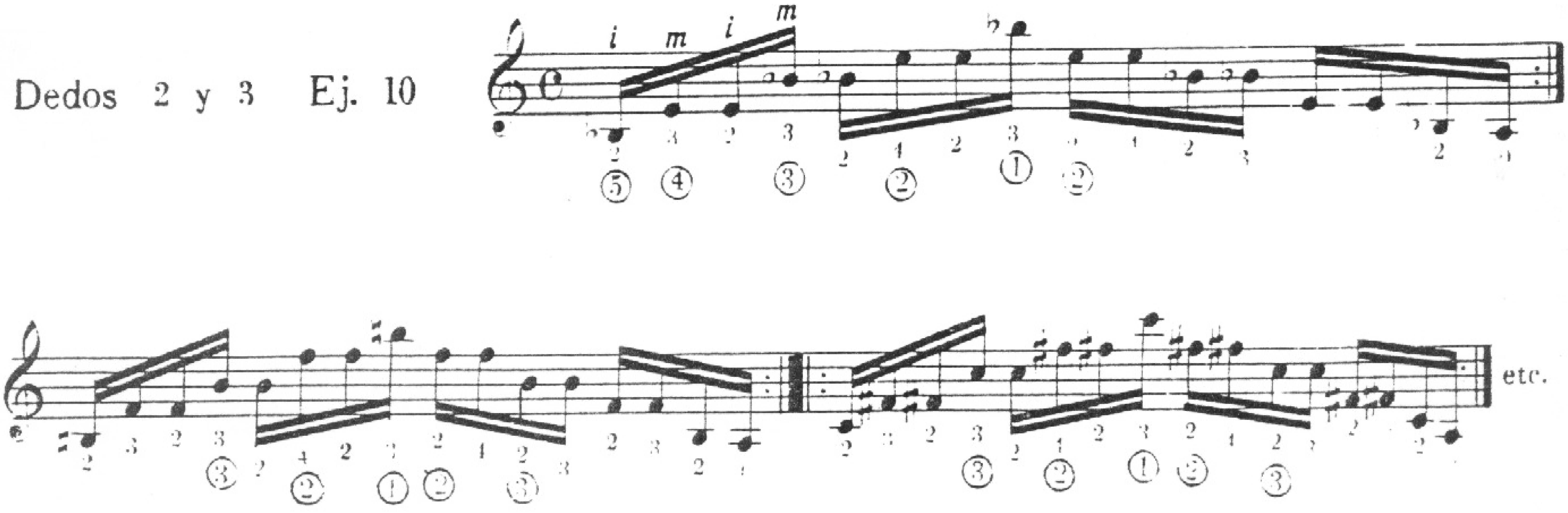
Dedos 1 y 2 Ej. 9



以同樣的方式，用半音下行至第一小節。

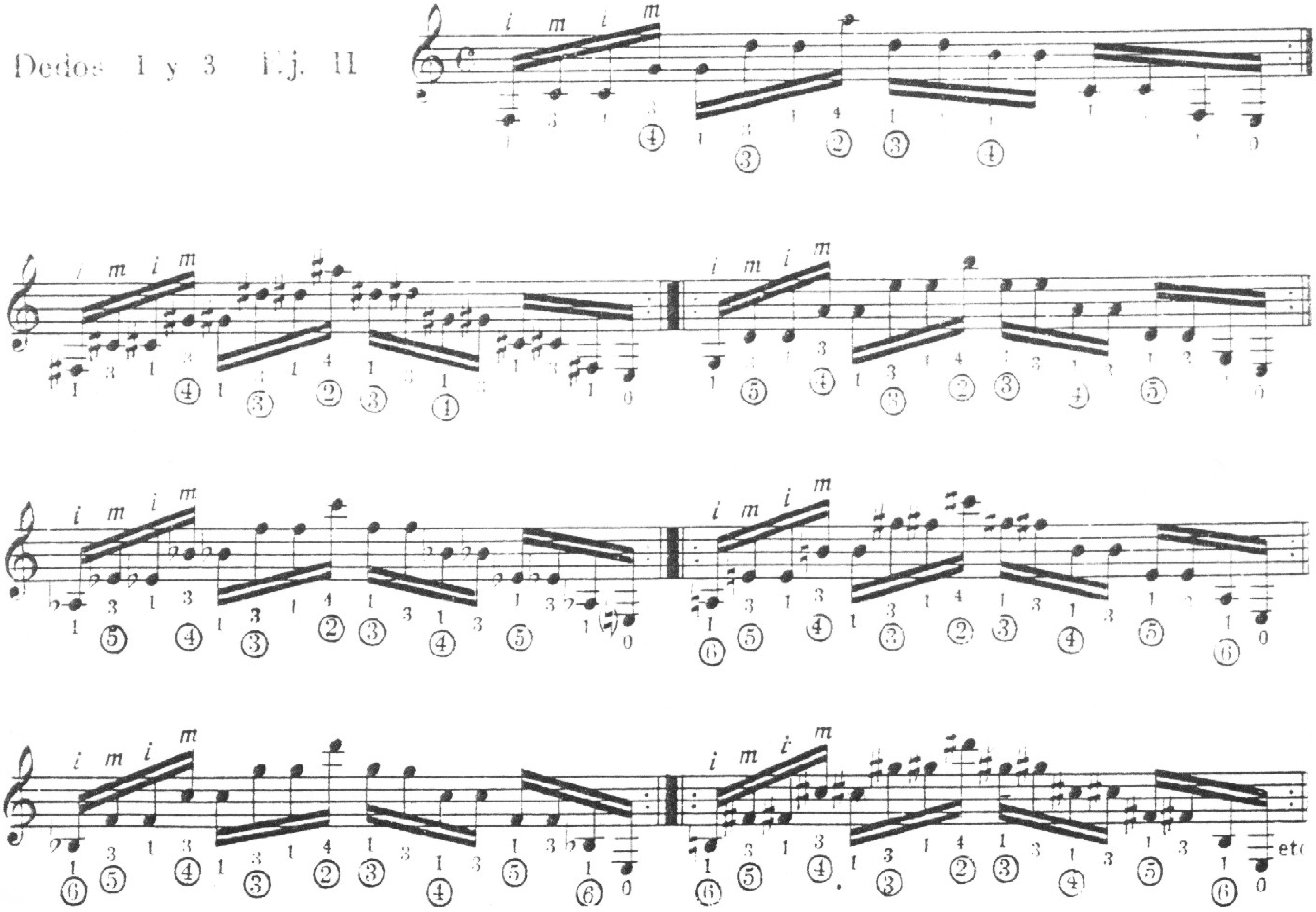
這個練習也可以用 2 和 3 指來練習，由於 1 指和拇指是所有左手移動的導引和基礎，因此我們用 1 和 2 指來記譜和練習。

Dedos 2 y 3 Ej. 10



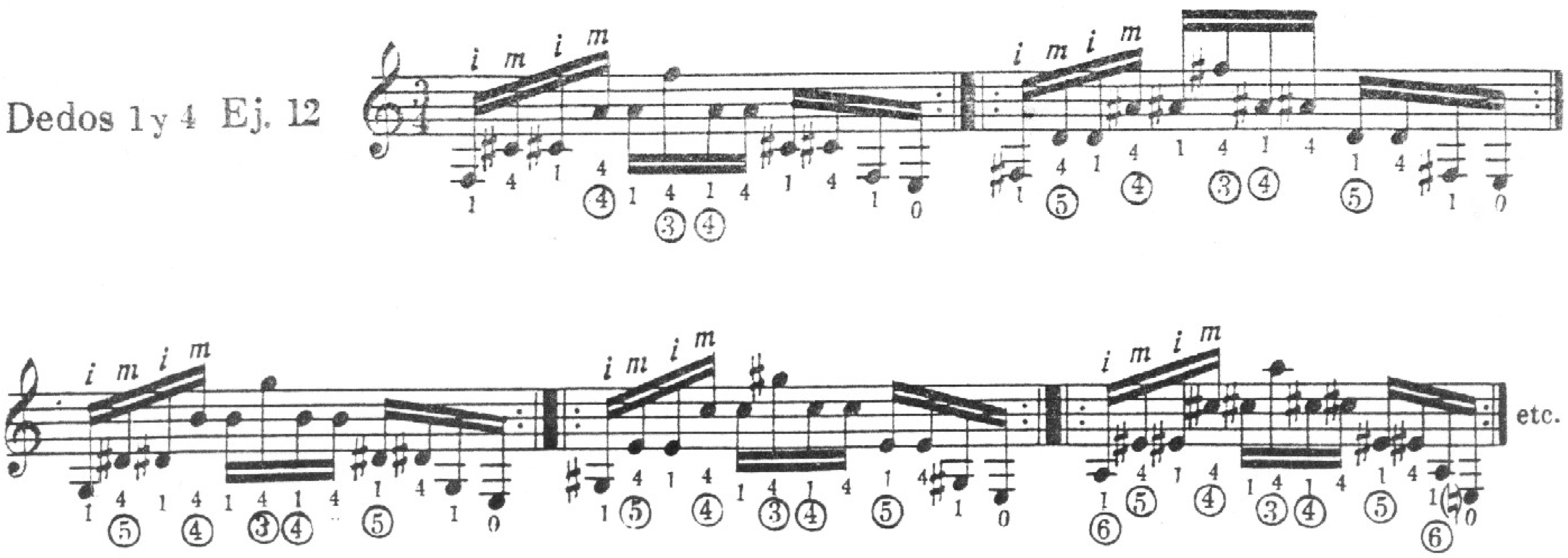
在變換把位時，左手指不能同時舉起。在第二弦上使用的左手4指是爲了繼續相同的和音關係。

Dedos 1 y 3 Ej. 11



以同樣的方式，用半音下行至第一小節。

Dedos 1 y 4 Ej. 12

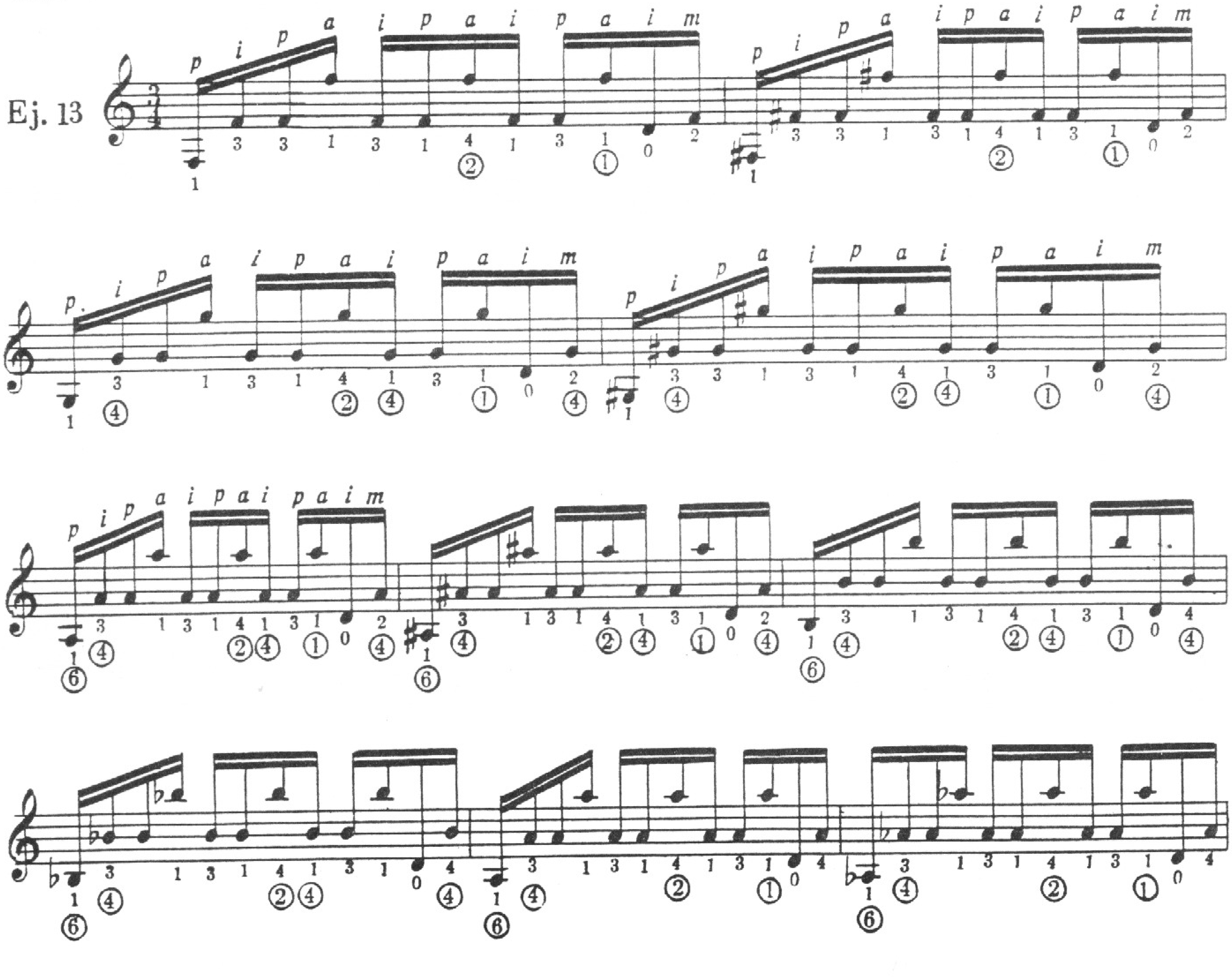


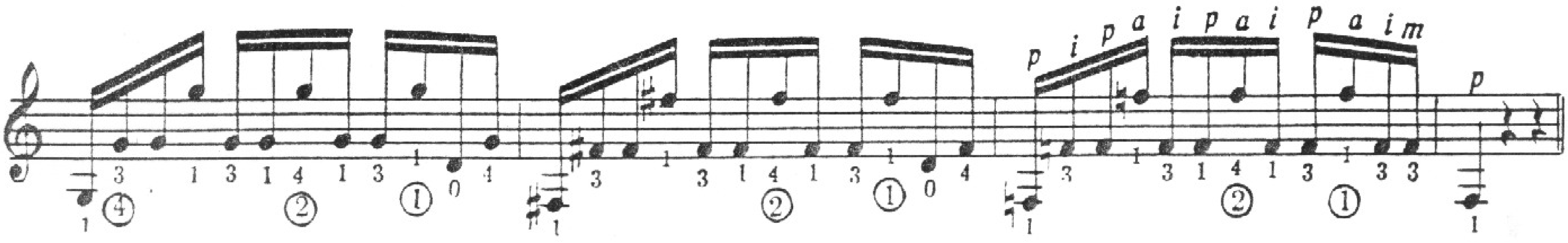
這個練習也要以半音下行的方式回到第一把位。

一個手指的八度替換練習

要非常小心地完成手的移動，避免產生不相關的雜音，在此練習中不能使用封閉和弦按法。

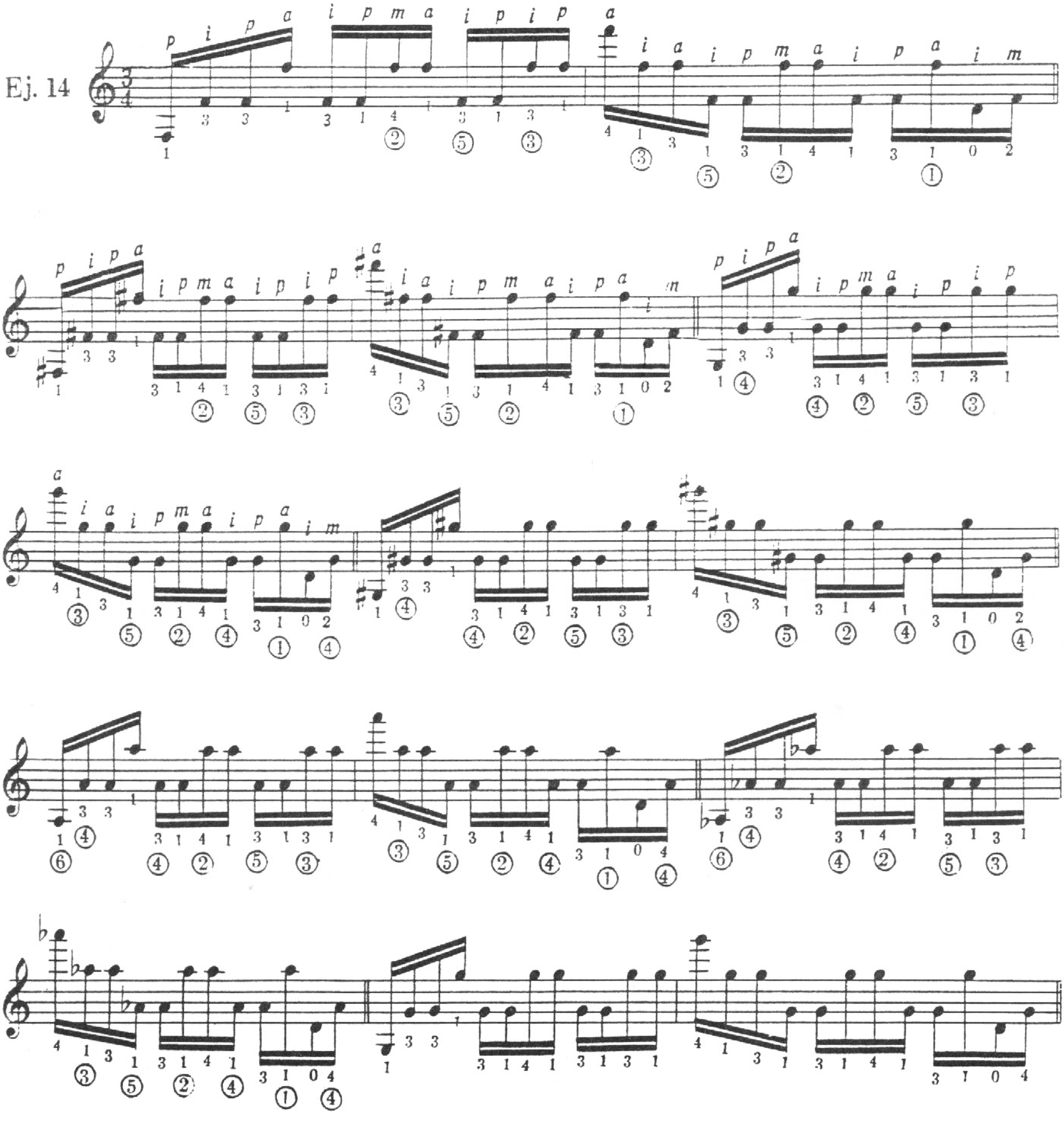
Ej. 13

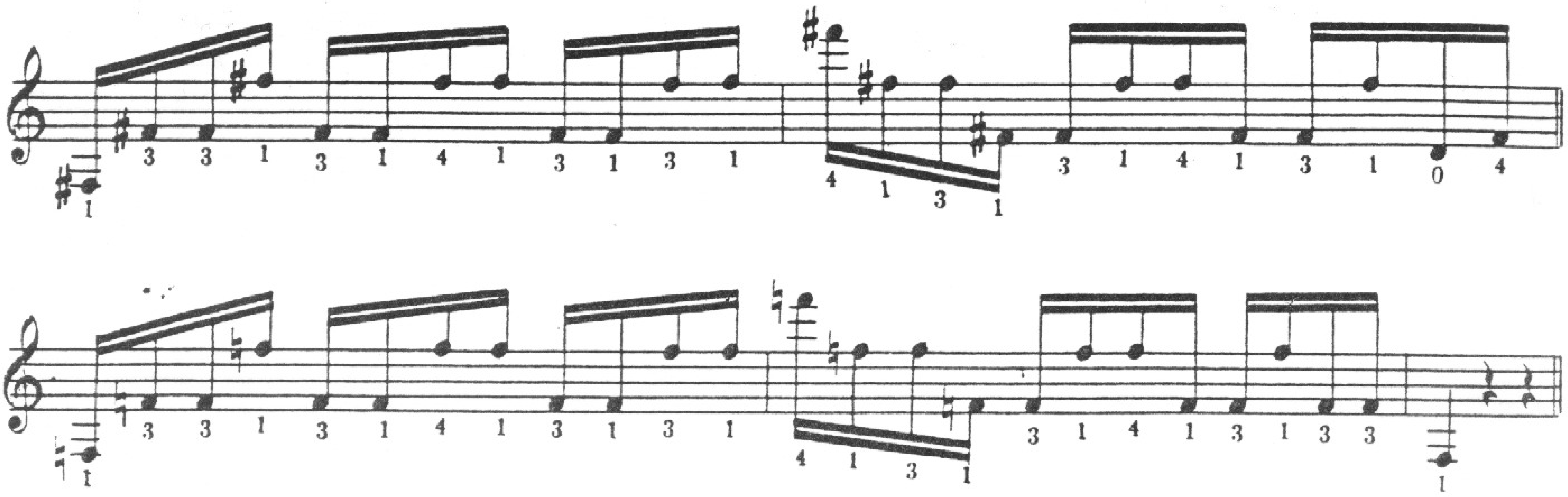

p i p a i p a i p a i m


p i p a i p a i p a i m
p

這個練習需要集中注意力，並在第一階段要以很慢的速度練習。

Ej. 14


p i p a i p m a i p i p
a i a i p m a i p a i m
p i p a i p m a i p i p
a i a i p m a i p a m
p i p a i p m a i p i p
a i a i p m a i p a i m

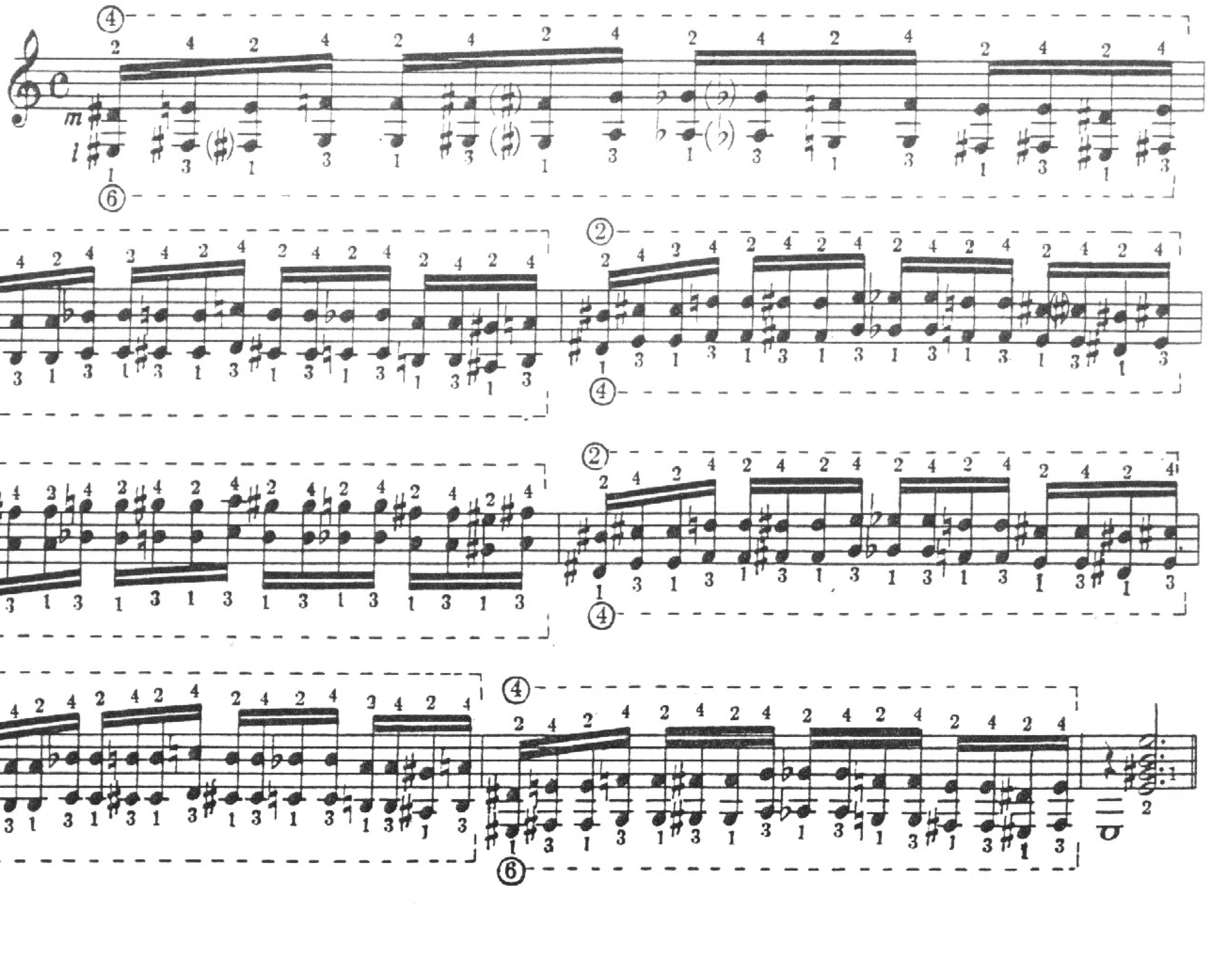

1
3
3
1
3
1
4
1
3
1
3
1
4
1
3
1
3
1
4
1
3
1
0
4

學生們要非常小心地做這個練習，並要嚴格地遵守指法。

二個手指的替換

在此我們建議使用食指與中指以期獲得較一致及同質的聲音。在第一小節之後，右手拇指可以放置在第六弦上。

Ej. 15

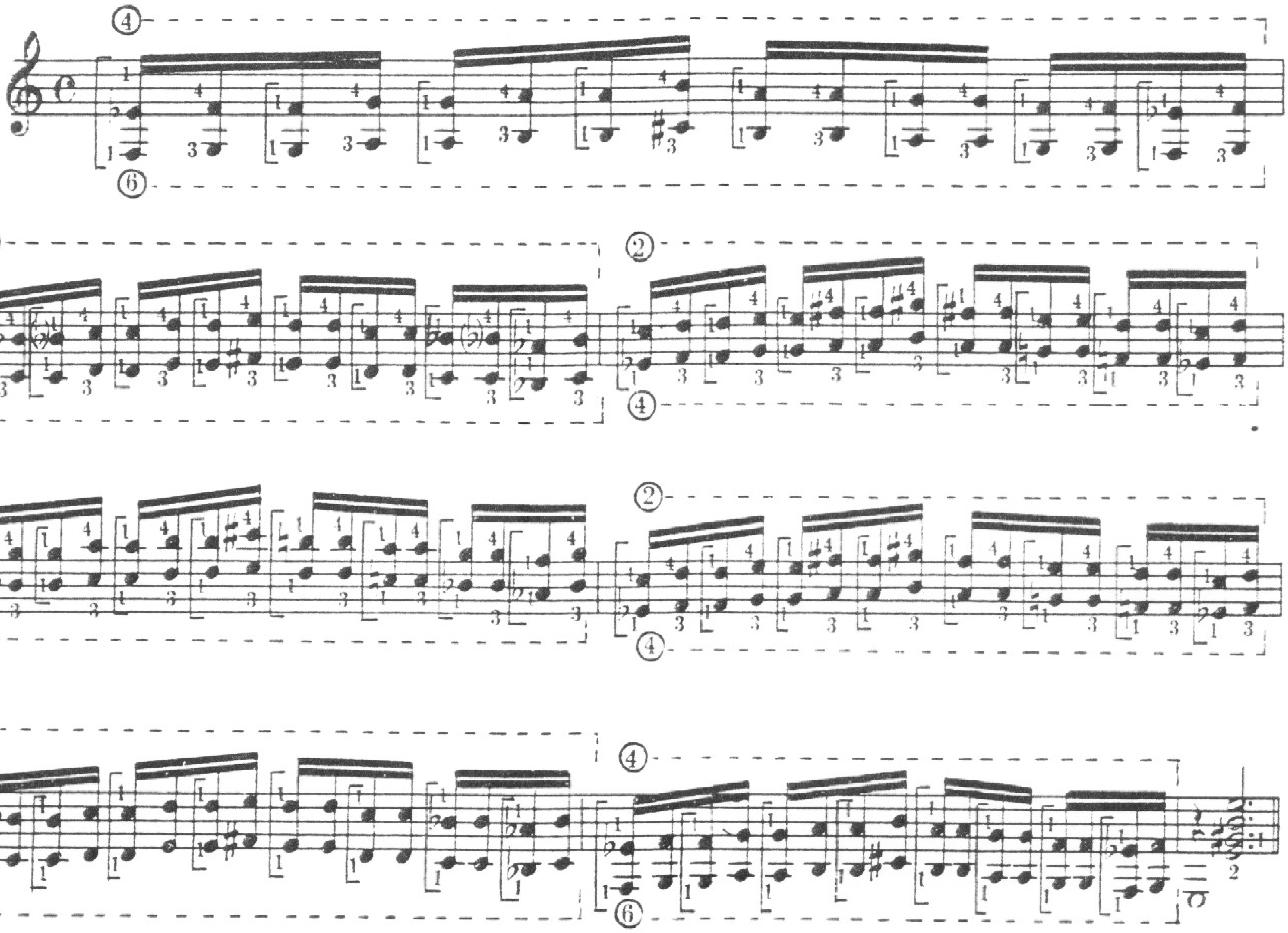

④
⑥
m
i
③
⑤
②
④
①
③
②
④
③
⑤
④
⑥

一旦這些練習能夠理解，並且仔細地訓練過由手臂及手執行的所有動作後，則必須將速度提昇至一定的程度，但不要過度而造成動作的不便。

使用封閉和弦來替換3、4指

每當3、4指在落指的同時，封閉和弦的手指就必須抬起。

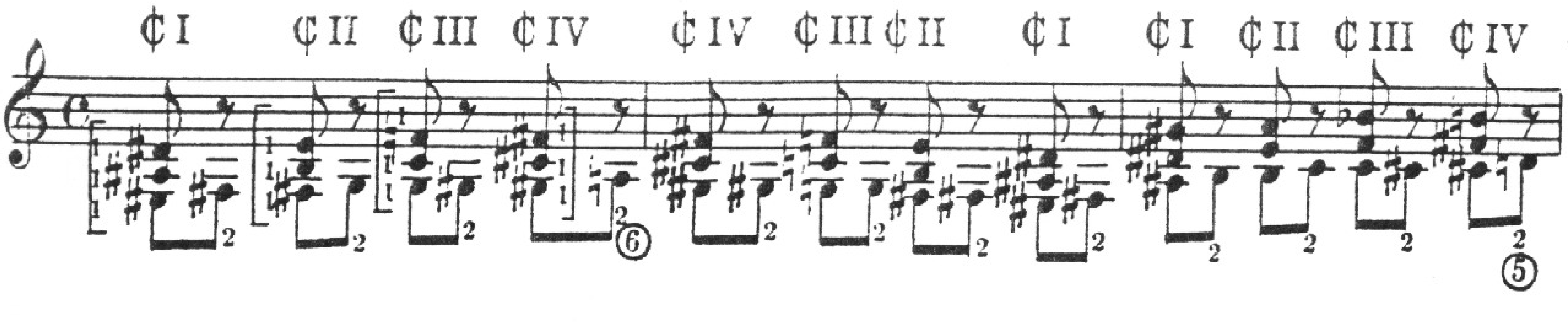
Ej. 16

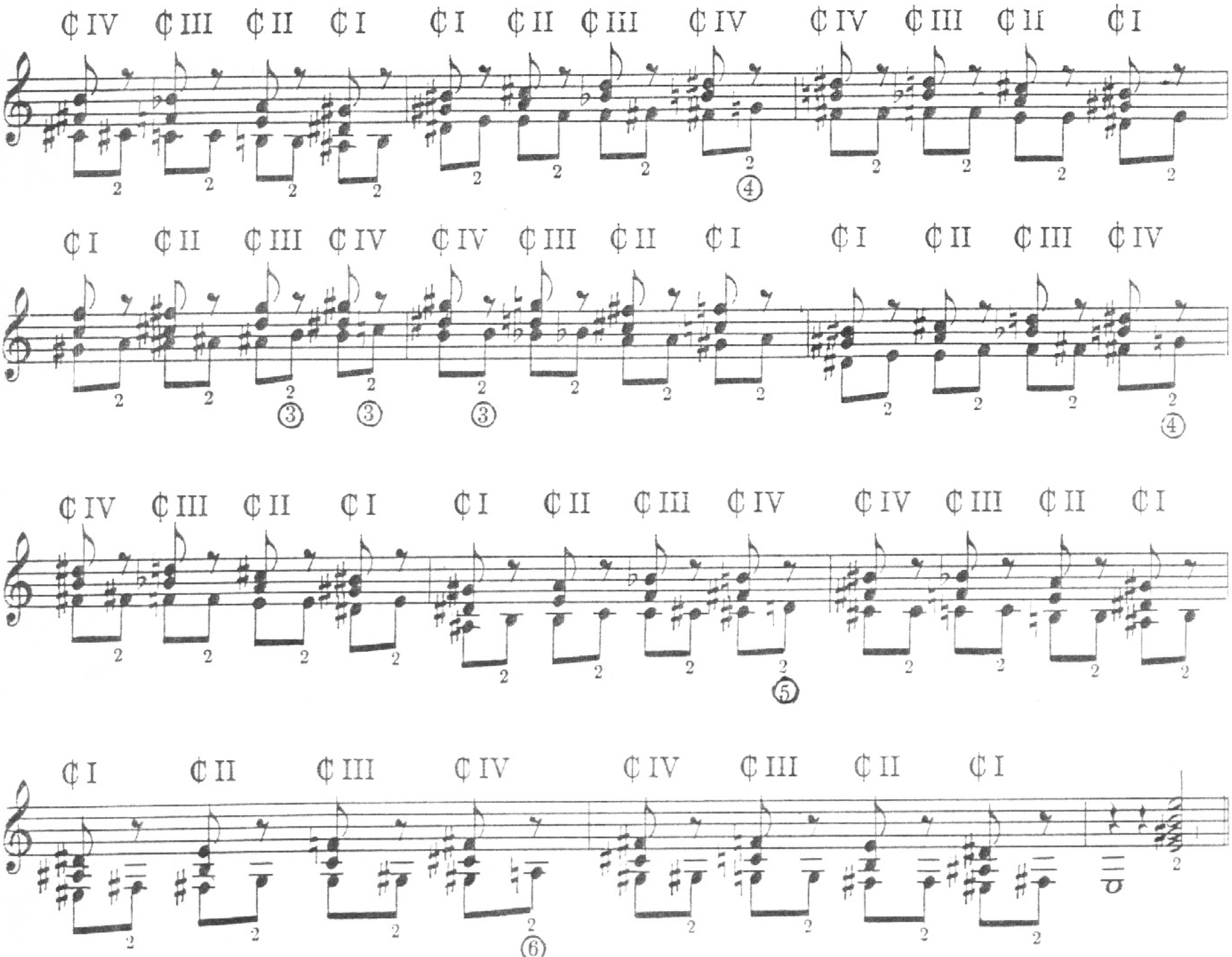

④
⑥
③
⑤
②
④
②
③
④
⑤
⑥
④
⑤
⑥

使用封閉和弦來替換2指

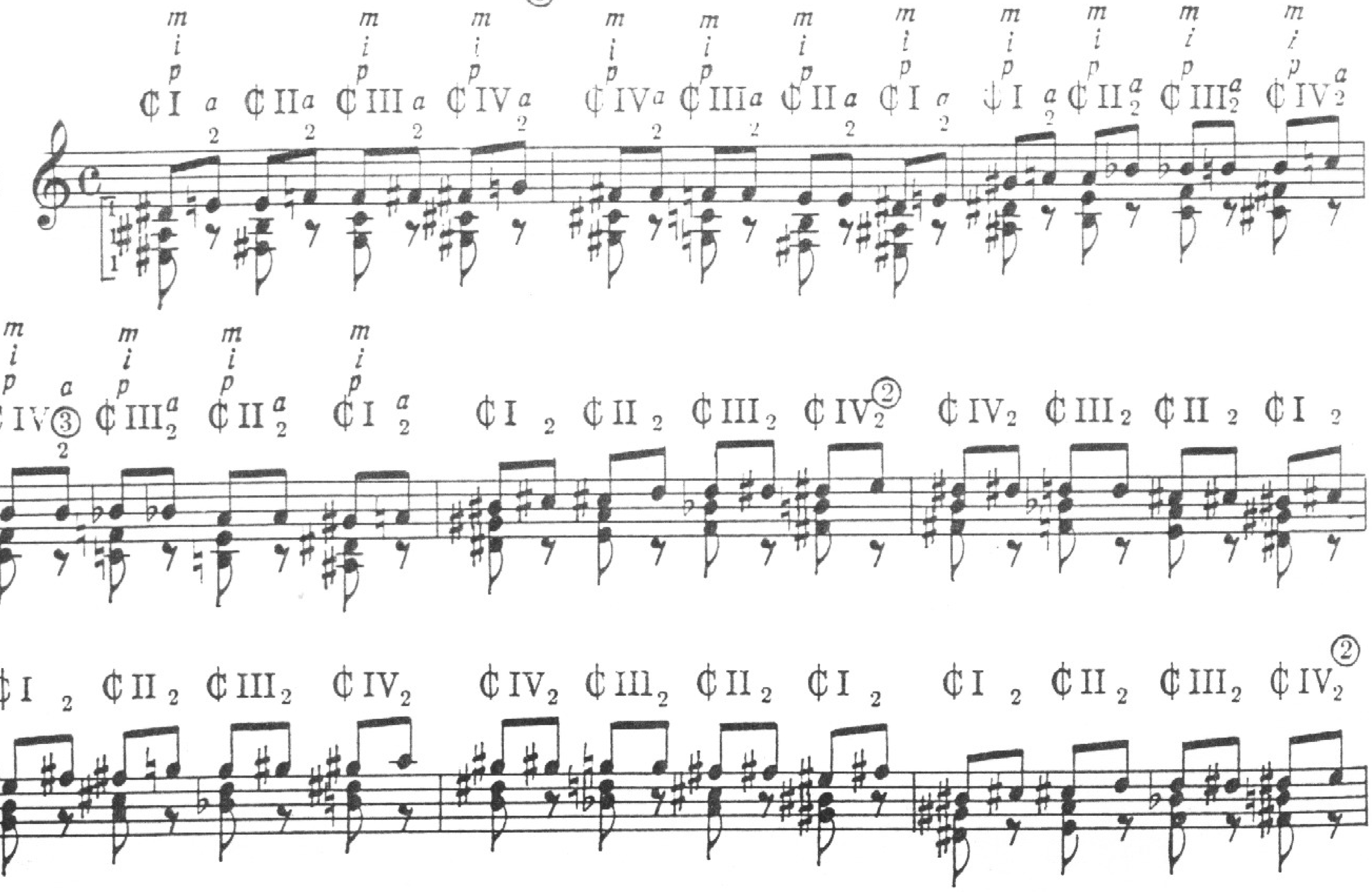
由1指執行的封閉和弦，僅能在指定的弦上施力，如果在所有的弦上施力則是不正確的。

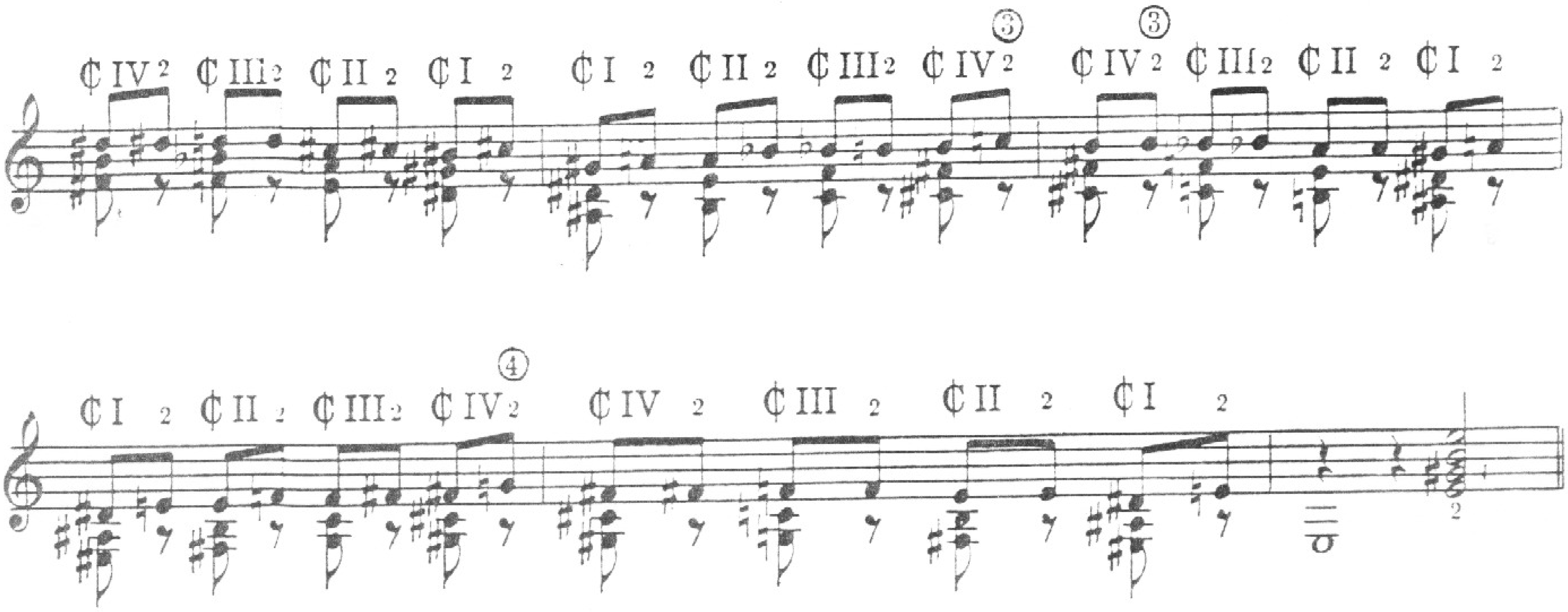
Ej. 17


¢I
¢II
¢III
¢IV
¢IV
¢III
¢II
¢I
¢I
¢II
¢III
¢IV
⑥
⑤


¢IV ¢III ¢II ¢I ¢I ¢II ¢III ¢IV ¢IV ¢III ¢II ¢I
④
¢I ¢II ¢III ¢IV ¢IV ¢III ¢II ¢I ¢I ¢II ¢III ¢IV
③ ③ ③ ④
¢IV ¢III ¢II ¢I ¢I ¢II ¢III ¢IV ¢IV ¢III ¢II ¢I
⑤
¢I ¢II ¢III ¢IV ¢IV ¢III ¢II ¢I
⑥

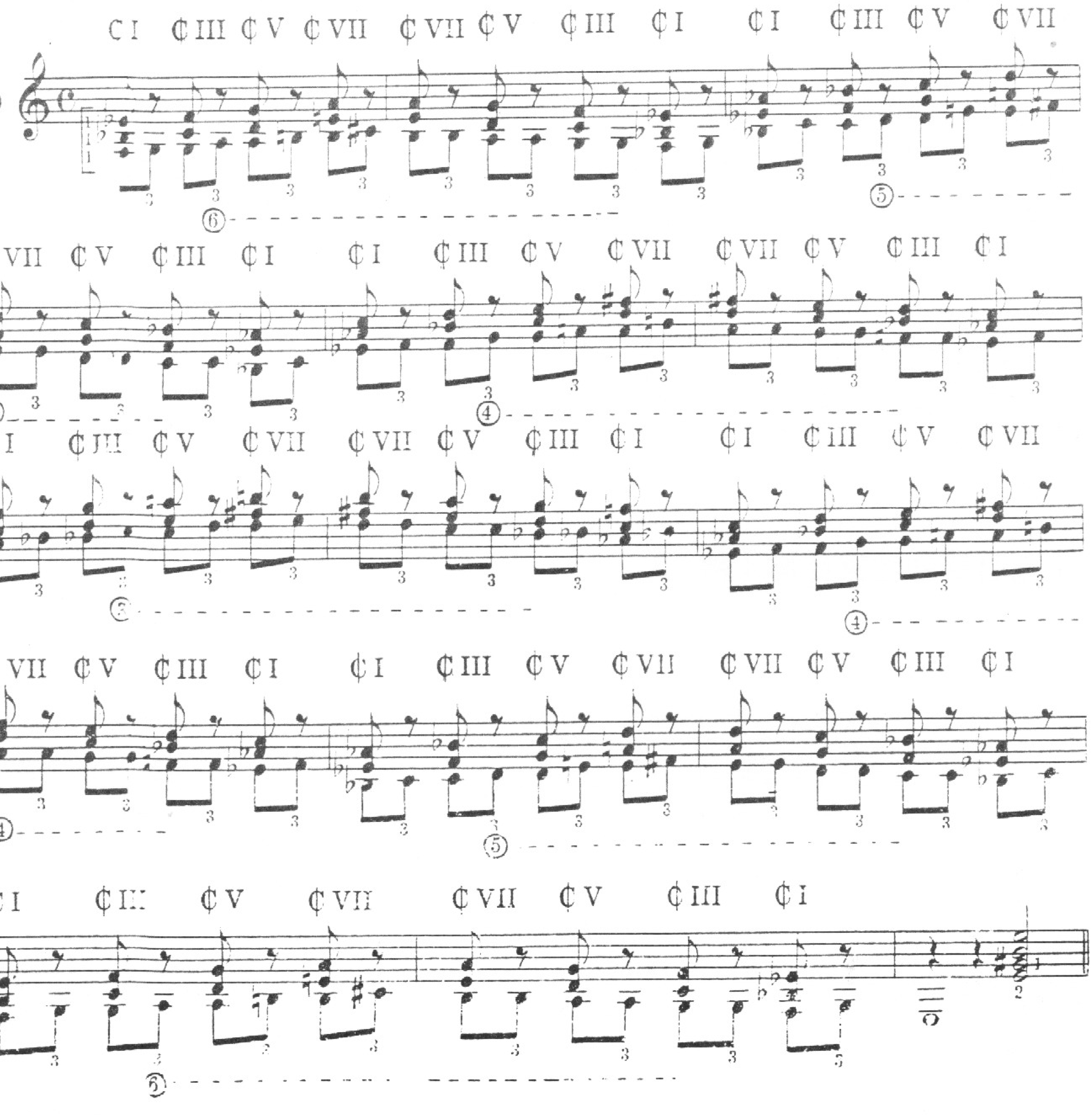
Ej. 18


m i p
¢I a ¢II a ¢III a ¢IV a ¢IV a ¢III a ¢II a ¢I a ¢I a ¢II a ¢III a ¢IV a
¢IV ③ ¢III a ¢II a ¢I a ¢I ¢II ¢III ¢IV ② ¢IV ¢III ¢II ¢I
¢I ¢II ¢III ¢IV ¢IV ¢III ¢II ¢I ¢I ¢II ¢III ¢IV ②

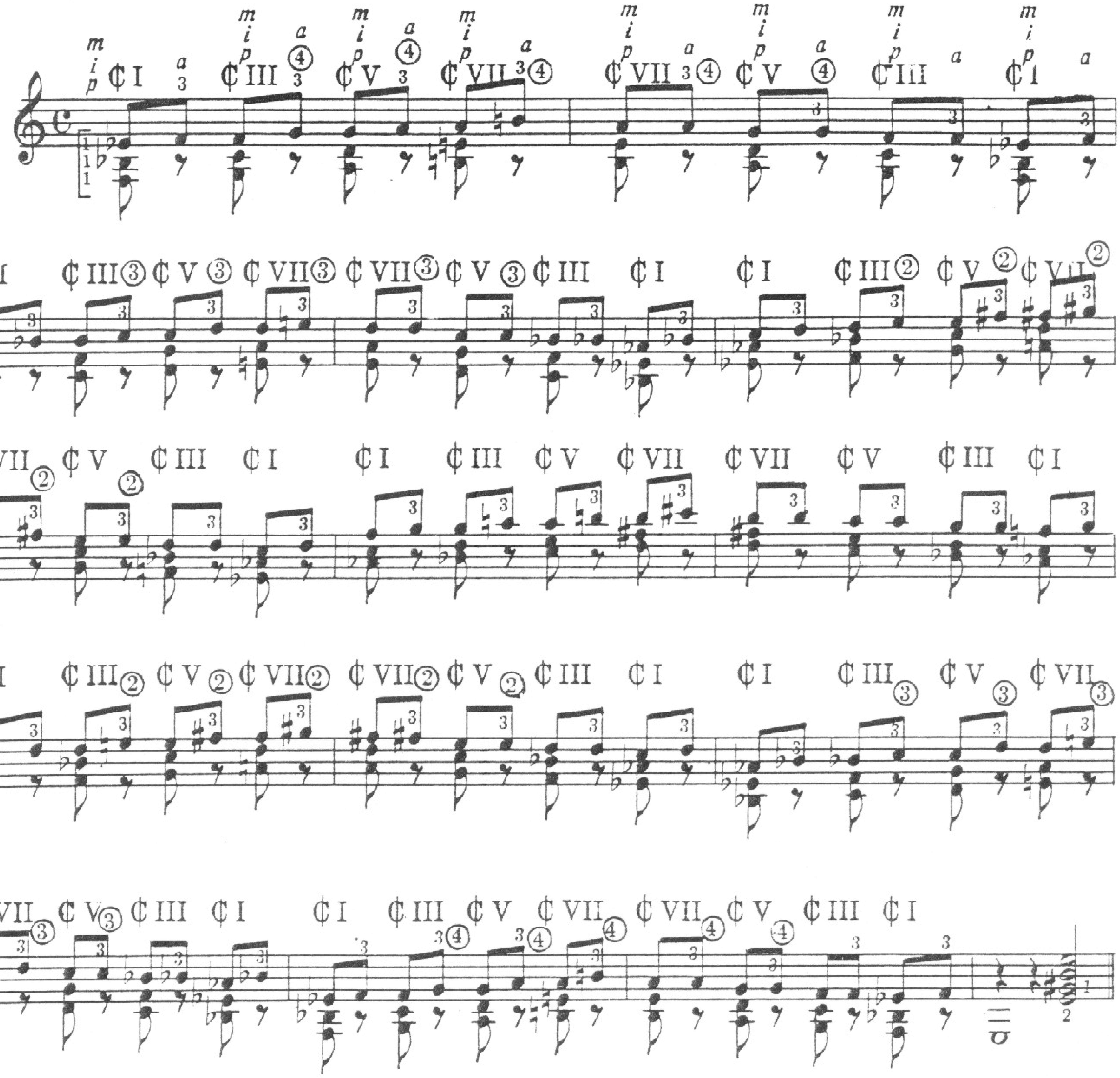

₵IV 2 ₵III 2 ₵II 2 ₵I 2 ₵I 2 ₵II 2 ₵III 2 ₵IV 2 ₵IV 2 ₵III 2 ₵II 2 ₵I 2
③ ③ ④
₵I 2 ₵II 2 ₵III 2 ₵IV 2 ₵IV 2 ₵III 2 ₵II 2 ₵I 2

使用封閉和弦來替換3指

Ej. 19

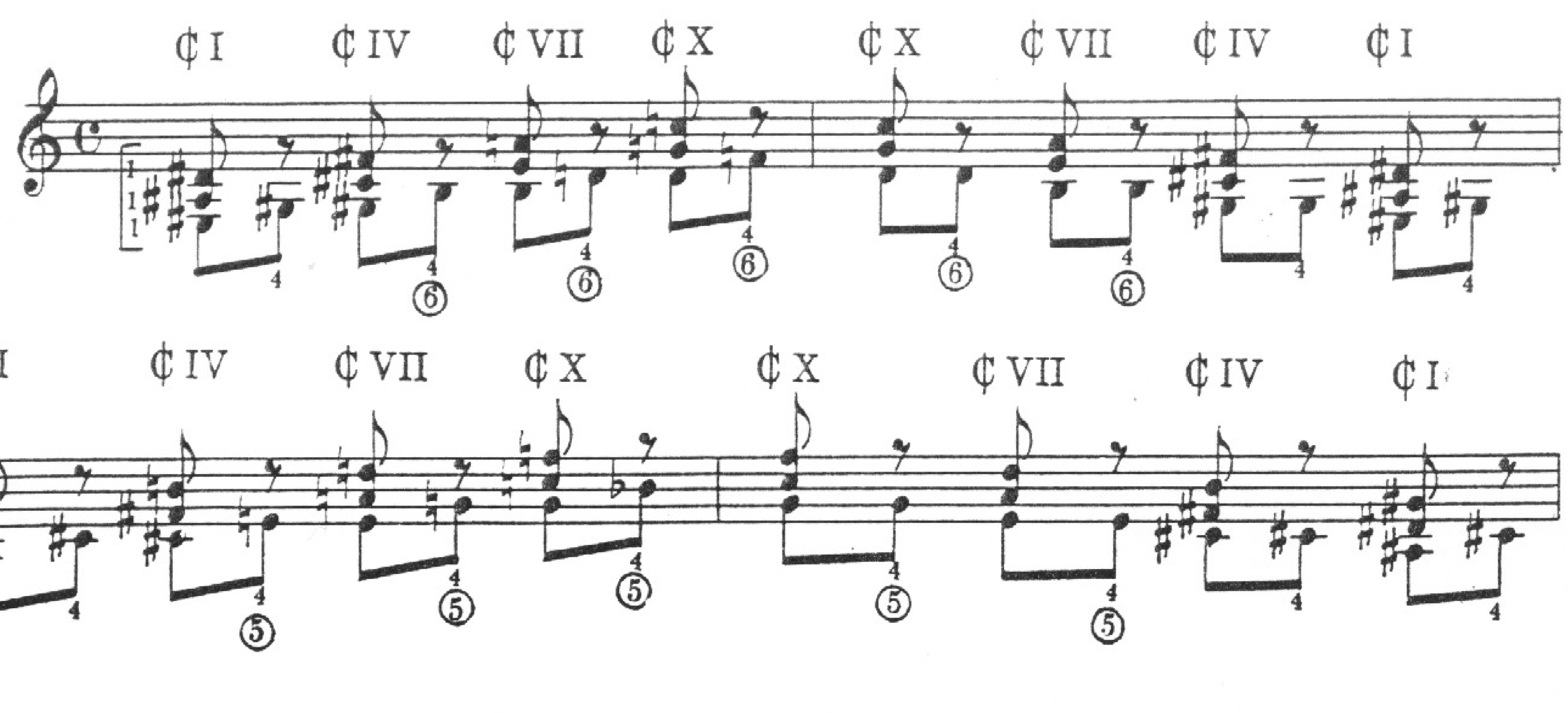

₵I ₵III ₵V ₵VII ₵VII ₵V ₵III ₵I
⑥ ⑤ ④ ③ ④ ⑤ ⑥

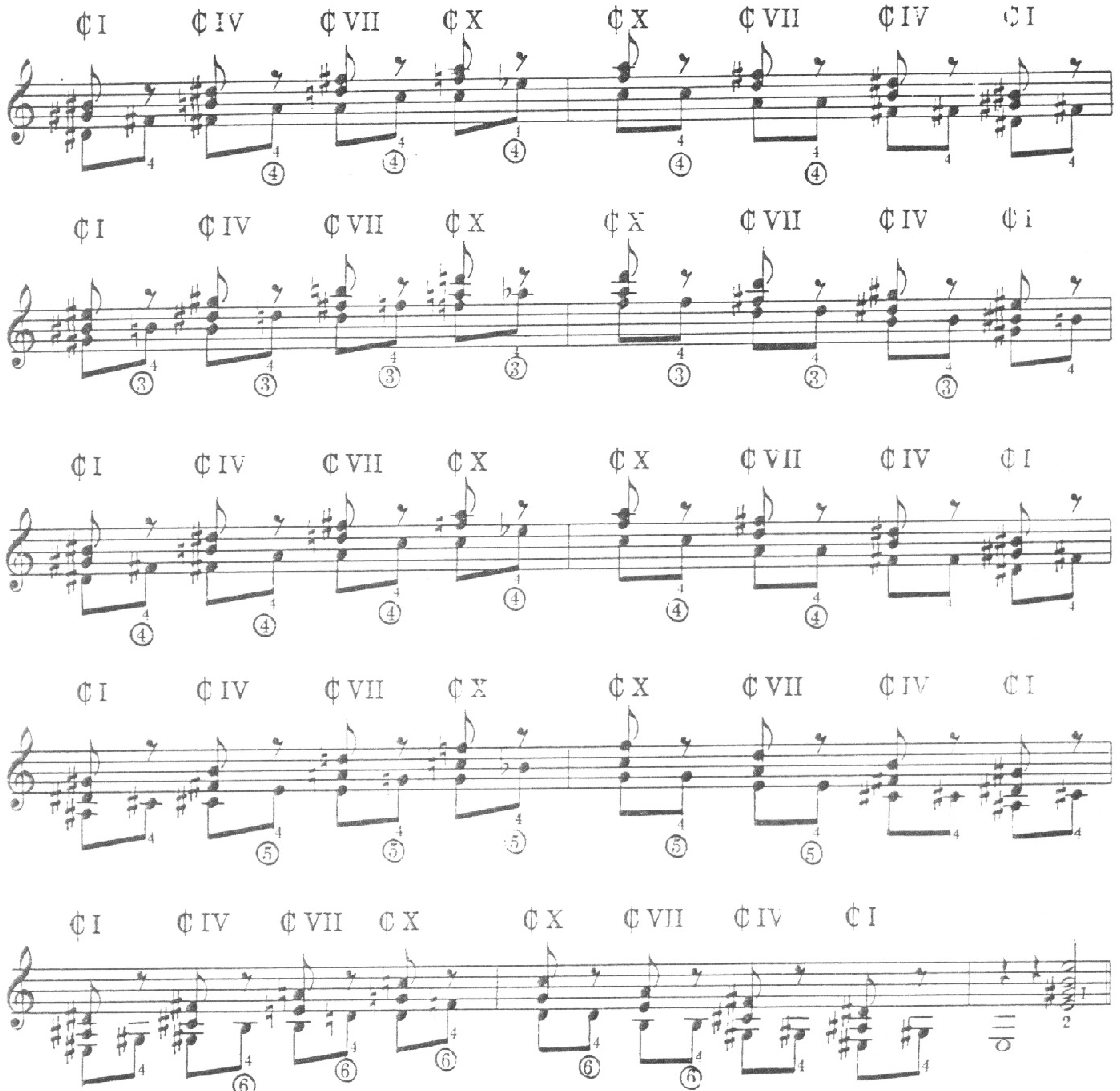
Ej. 20


₵I ₵III ₵V ₵VII ₵VII ₵V ₵III ₵I
₵I ₵III③ ₵V③ ₵VII③ ₵VII③ ₵V③ ₵III ₵I ₵I ₵III② ₵V② ₵VII②
₵VII② ₵V② ₵III ₵I ₵I ₵III ₵V ₵VII ₵VII ₵V ₵III ₵I
₵I ₵III② ₵V② ₵VII② ₵VII② ₵V② ₵III ₵I ₵I ₵III③ ₵V③ ₵VII③
₵VII③ ₵V③ ₵III ₵I ₵I ₵III ₵V ₵VII④ ₵VII④ ₵V④ ₵III ₵I

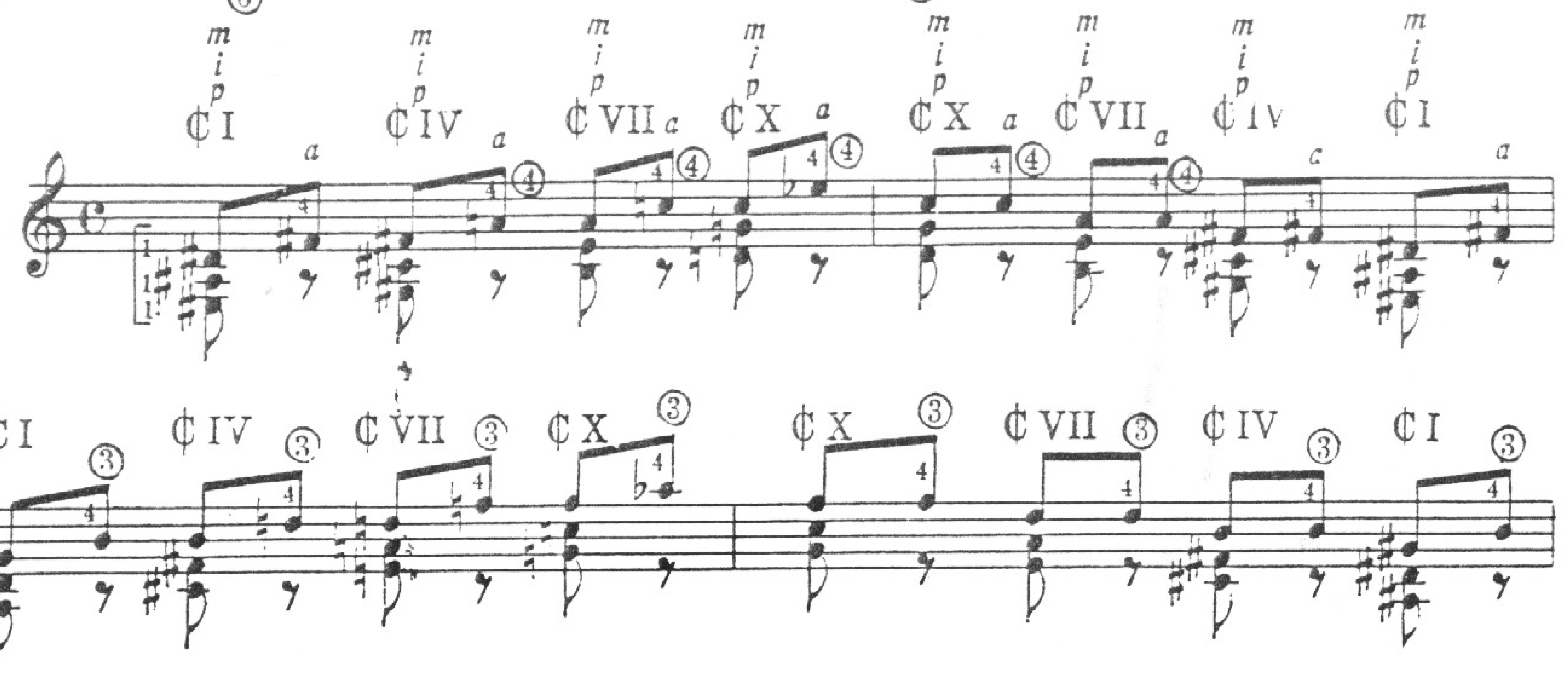
使用封閉和弦來替換 4 指

Ej. 21


₵I ₵IV ₵VII ₵X ₵X ₵VII ₵IV ₵I
₵I ₵IV ₵VII ₵X ₵X ₵VII ₵IV ₵I


₵I ₵IV ₵VII ₵X ₵X ₵VII ₵IV ₵I
₵I ₵IV ₵VII ₵X ₵X ₵VII ₵IV ₵I
₵I ₵IV ₵VII ₵X ₵X ₵VII ₵IV ₵I
₵I ₵IV ₵VII ₵X ₵X ₵VII ₵IV ₵I
₵I ₵IV ₵VII ₵X ₵X ₵VII ₵IV ₵I

Ej. 22


m i p
₵I ₵IV ₵VII ₵X ₵X ₵VII ₵IV ₵I
a c
₵I ₵IV ₵VII ₵X ₵X ₵VII ₵IV ₵I

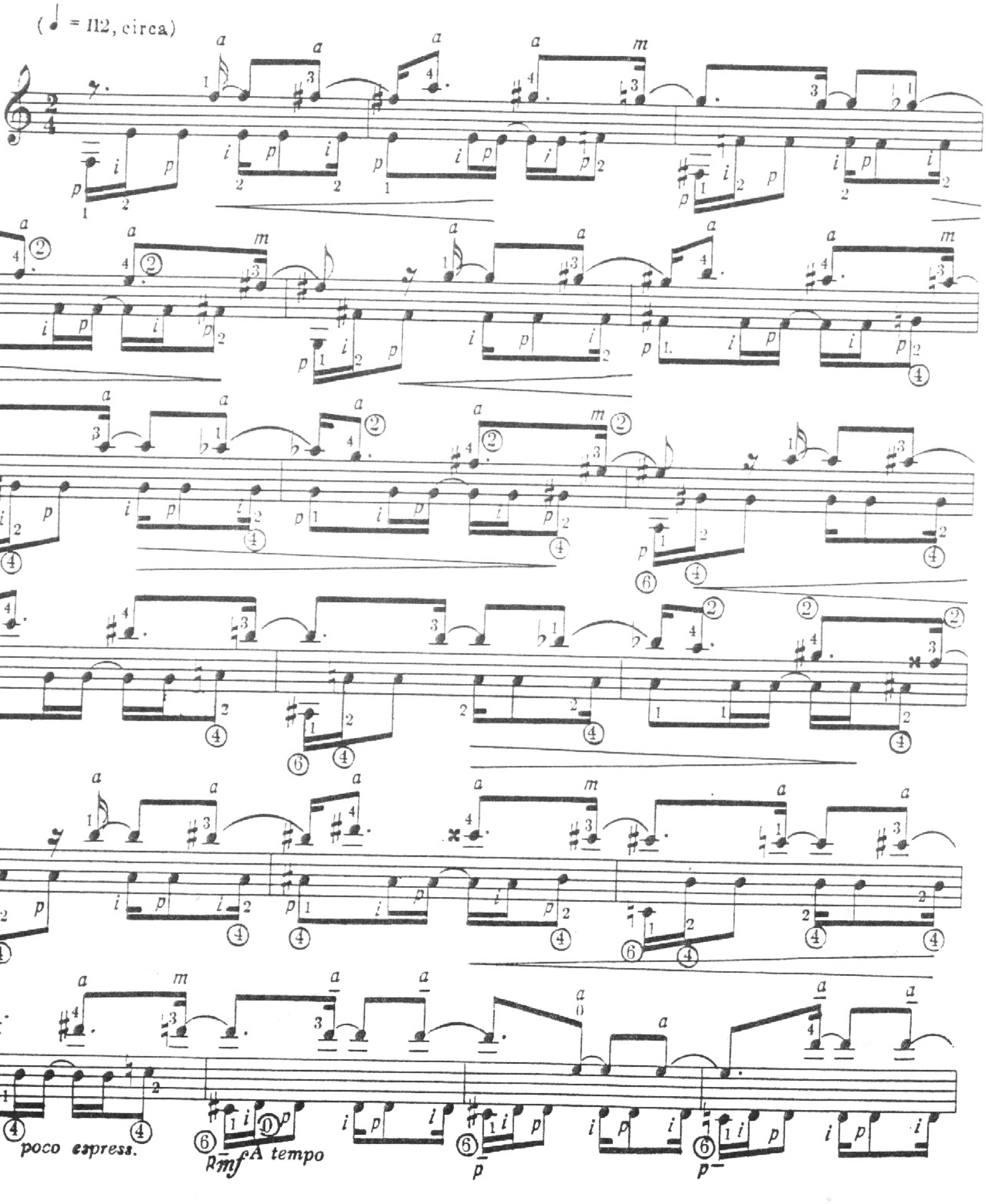
練習24是一首高難度的練習曲，同樣地在開始時要以很慢的速度去練習，並且要集中注意力在曲中所有的細節部份。節奏要素係取材自普拉達河的傳說中之黑人舞曲。

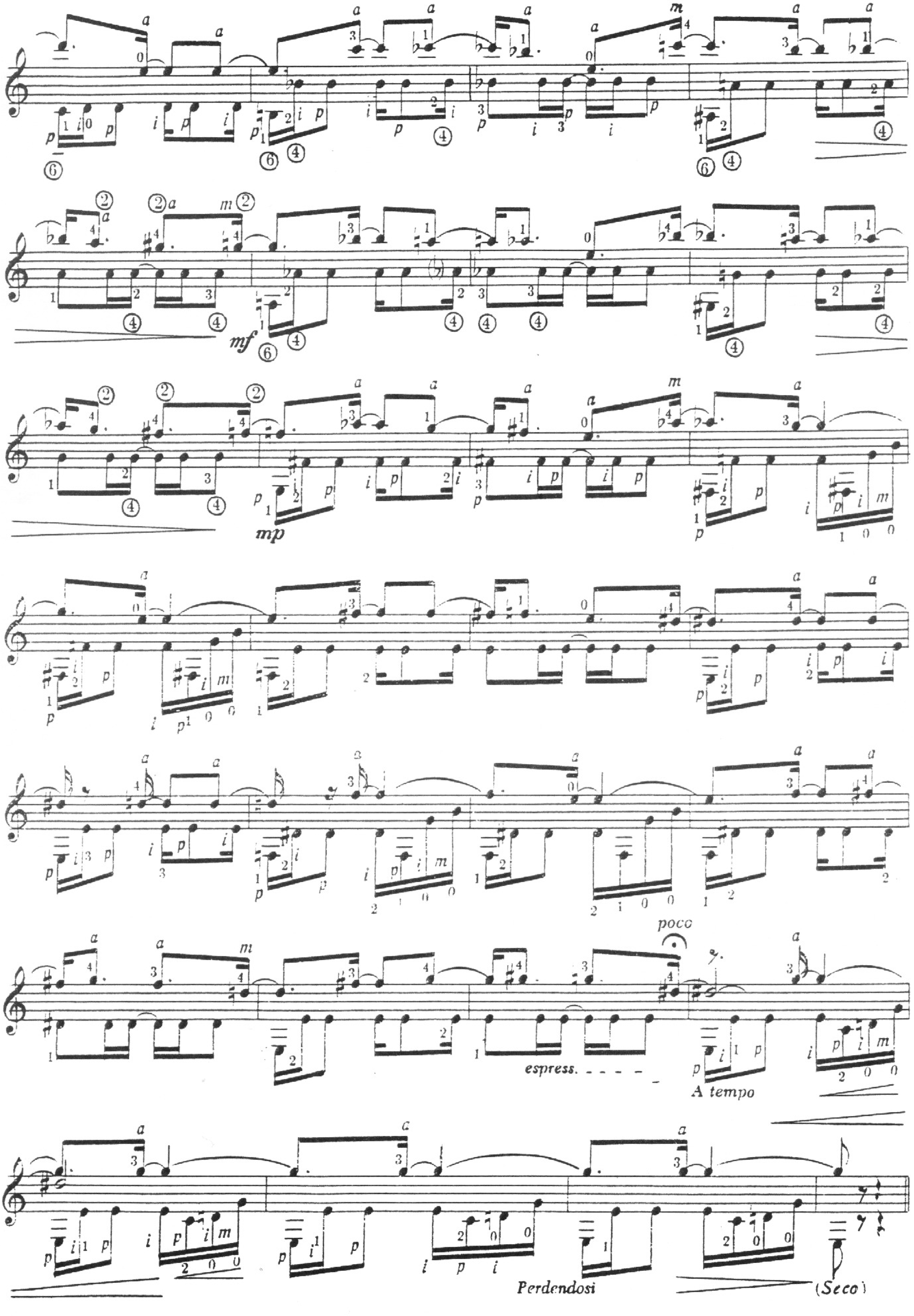
一個手指替換的左手移動練習

在任何情況下，學生們都不能使用封閉和弦按法。

右手在此也扮演一個重要的角色，指法也是相當重要的，要小心觀察。

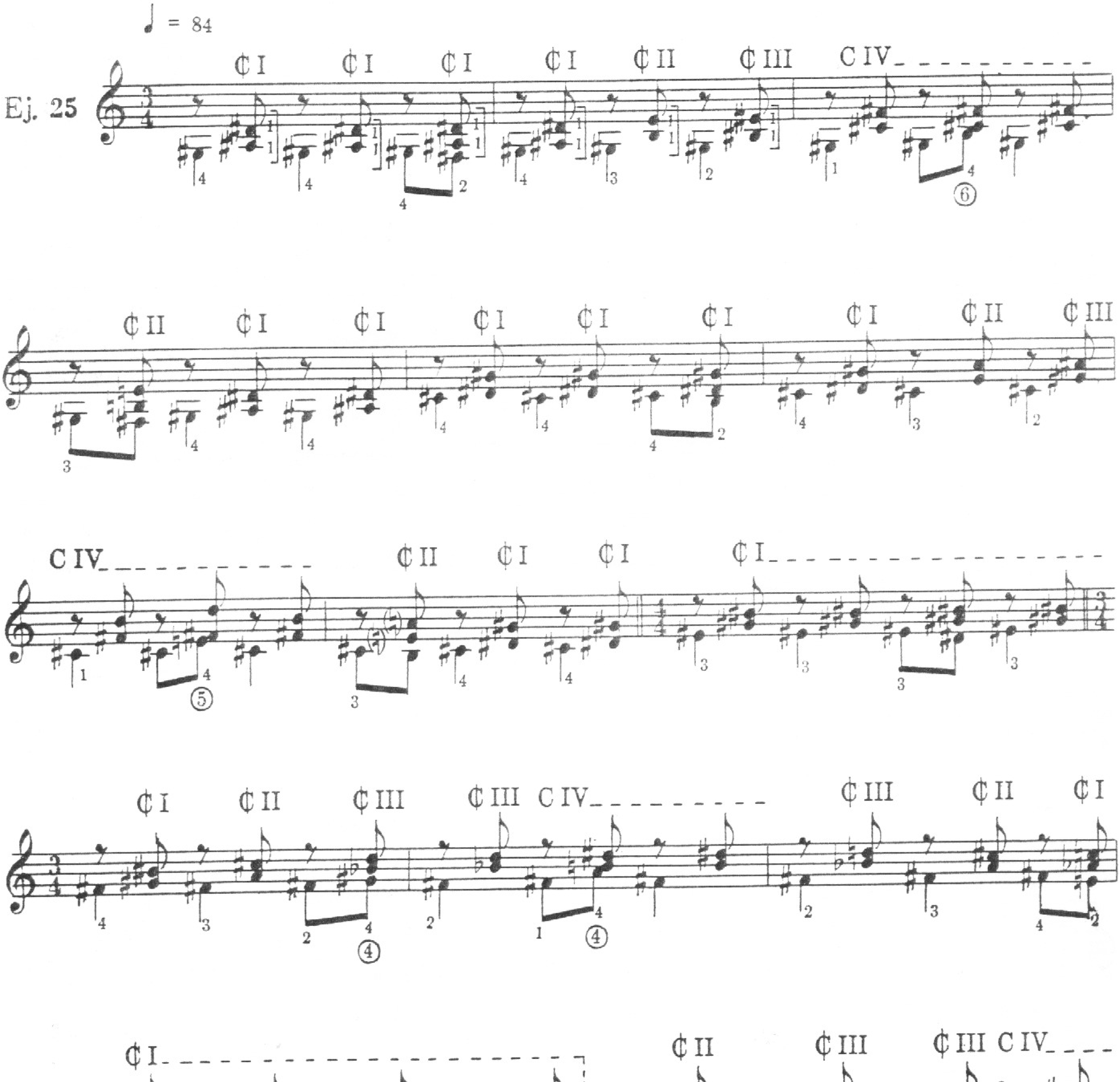
Ej. 24

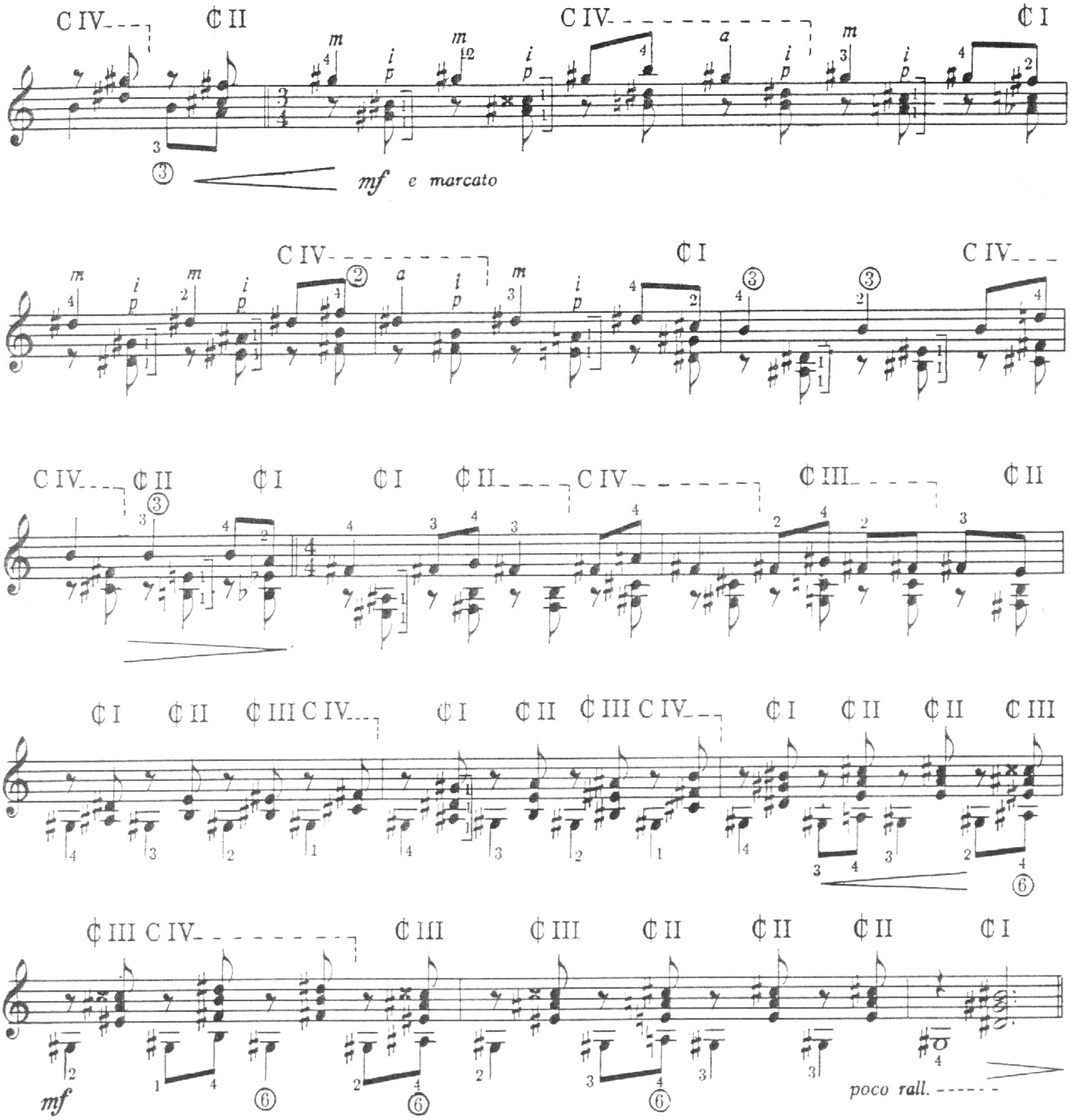

(♩ = 112, circa)
poco espress.
mf A tempo
p


mf
mp
poco
espress.
A tempo
Perdendosi
(Seco)

不同手指在同一琴格及所有的弦上做替換的移動練習

當食指要執行封閉和弦按法時，必須只在譜上所指示的弦上施加壓力。


♩ = 84
Ej. 25
¢I ¢I ¢I ¢I ¢II ¢III C IV
¢II ¢I ¢I ¢I ¢I ¢I ¢I ¢II ¢III
C IV ¢II ¢I ¢I ¢I
¢I ¢II ¢III ¢III C IV ¢III ¢II ¢I
¢I ¢II ¢III ¢III C IV
aumentando


C IV
₵ II
C IV
₵ I
mf e marcato
C IV
₵ I
C IV
C IV
₵ II
₵ I
₵ I
₵ II
C IV
₵ III
₵ II
₵ I
₵ II
₵ III C IV
₵ I
₵ II
₵ III C IV
₵ I
₵ II
₵ II
₵ III
₵ III C IV
₵ III
₵ III
₵ II
₵ II
₵ II
₵ I
mf
poco rall.

練習24與25是爲了克服特定困難而設計，學生們必須瞭解這種征服困難的目的正是這些練習的主要動機。儘管這是純粹教學上的目的，但學生們將會發現，一旦克服了這些練習中的機械性，則藉由手指意識力的訓練將使學習者能利用其中的練習要素不斷地進展並邁向新的階段。

左手不能對琴頸施加任何多餘的力量，因爲這多餘的力量將會使手指僵硬。爲了讓手指盡量能自由地動作，因此要避免施加多餘的力量。

由左手食指與拇指形成的內側弧線，必須由琴頸分離開，如此才能使手指得到更大的動作自由度。

研習技巧，最終乃必須獲致手指完全的意識控制力。

二、移位移動

一指或數指在近距及遠距把位的移動

左手食指與拇指結合，成爲左手在把位移動時在指板上的支柱與導引。指板上的任何區域都必須能做移動的動作，但在高把位區域會具有較高的困難度，但仍然要能合理而自然地完成移動。

任何把位的最後一個音符所使用的手指，在移位移動中將會被放置於新把位上的第一個音符。

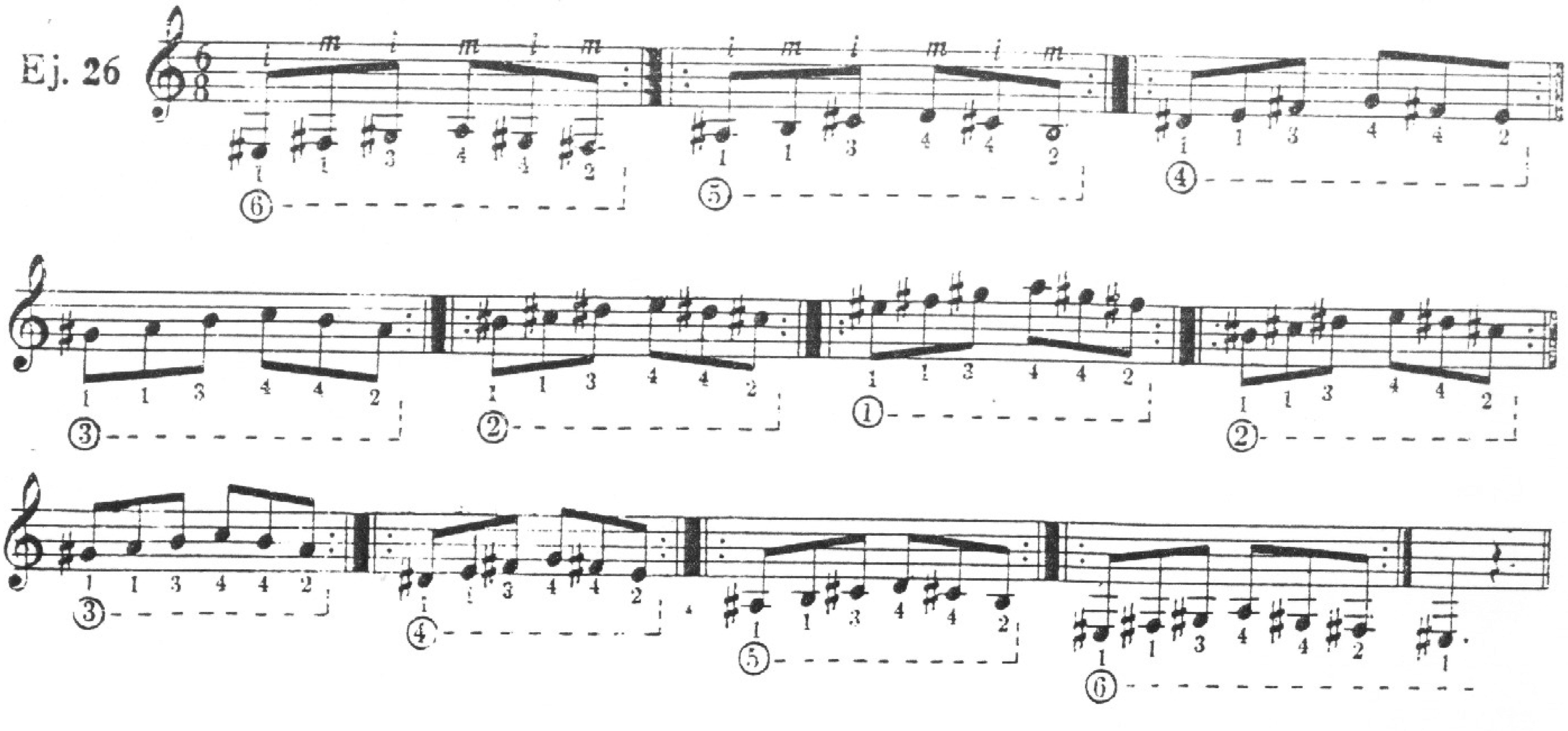
使用 1 指上行，4 指下行的移位移動

近距把位移動

近距把位可以定義爲左手四根手指縱向放置時所自然涵蓋的把位範圍。

（由第一移動至第二把位）

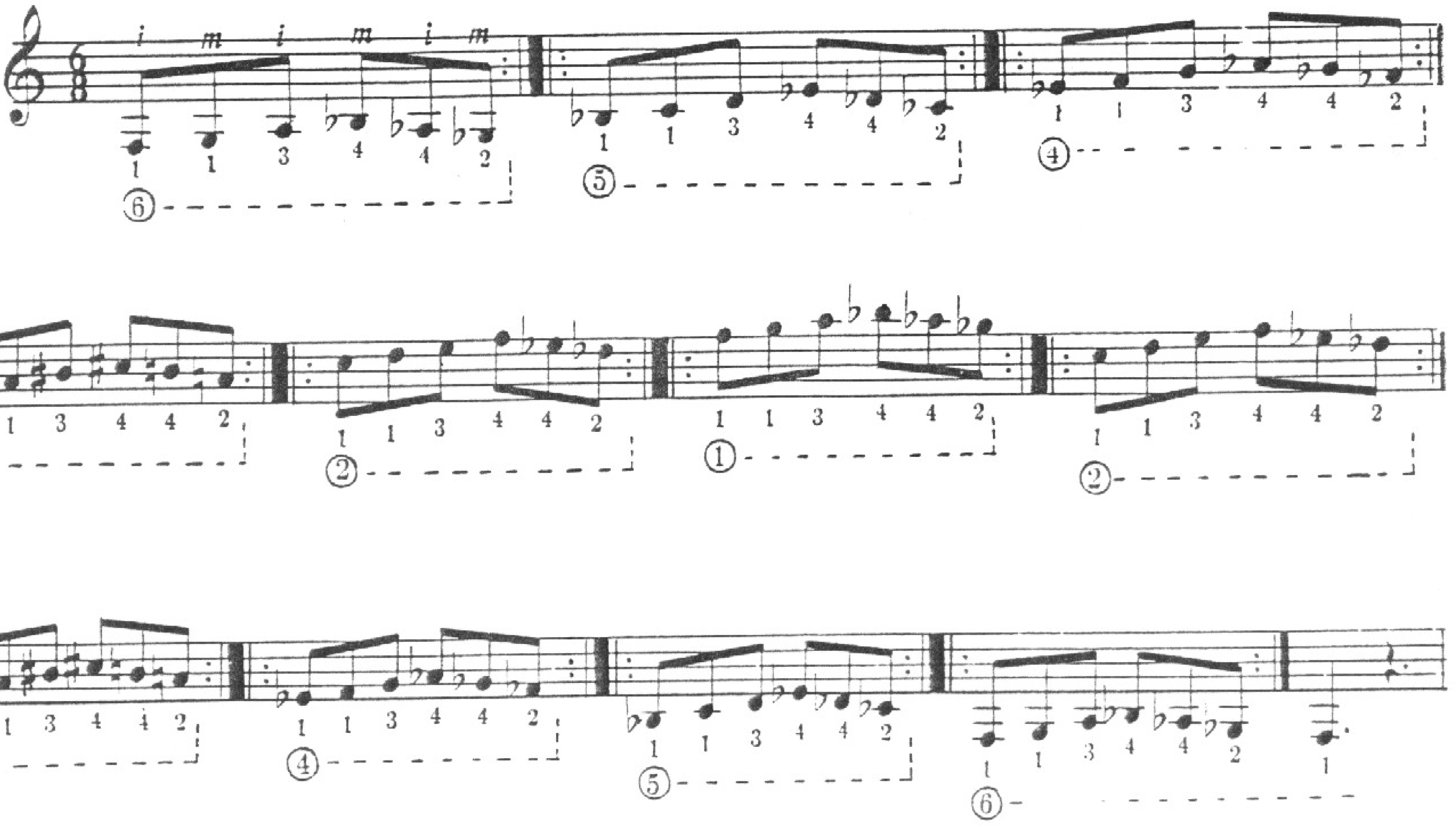
Ej. 26



所有的練習都必須如前例般地完全練習，某些練習將會簡略地記譜，但仍然必須在所有的弦上練習，這對學生們是很有助益的。

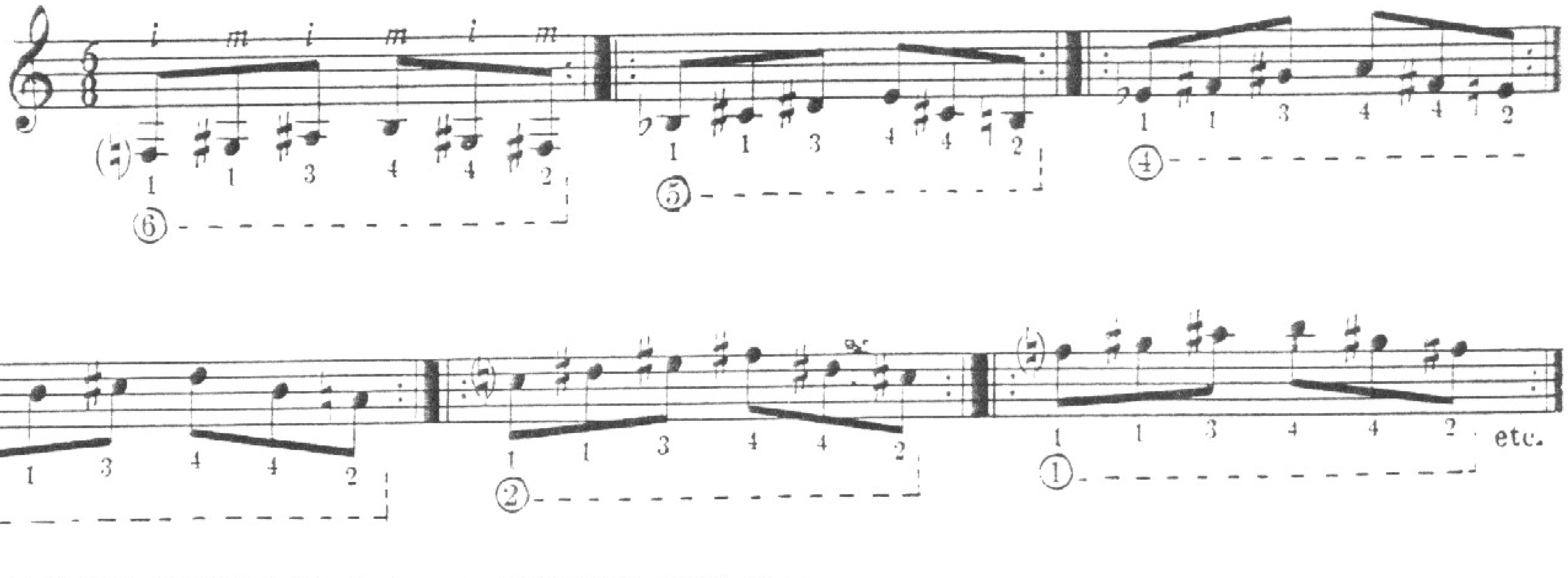
（由第一移動至第三把位）

Ej. 27


i m i m i m
1 1 3 4 4 2
⑥ ⑤ ④ ③ ② ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

（由第一移動至第四把位）

Ej. 28


i m i m i m
1 1 3 4 4 2
⑥ ⑤ ④ ③ ② ①
etc.

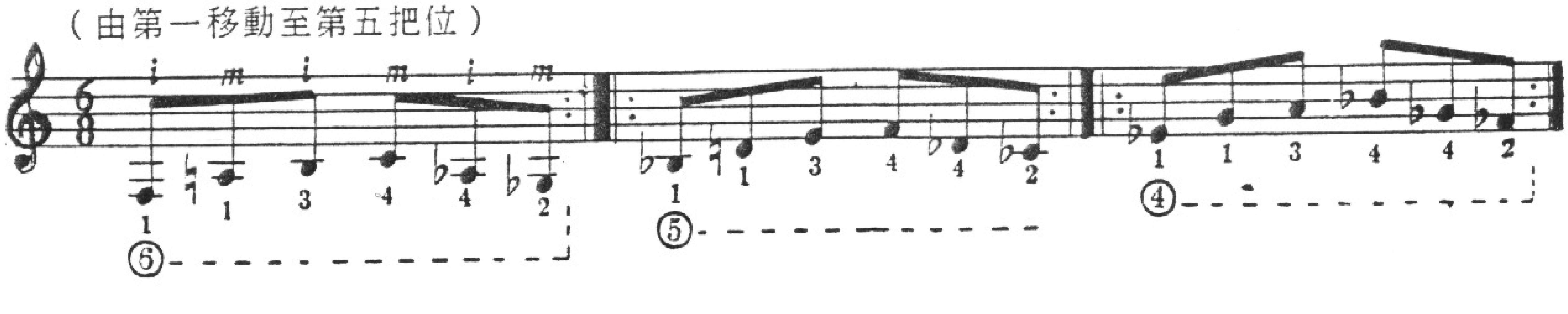
這個練習要回到第六弦爲止，如同前面的練習所示。

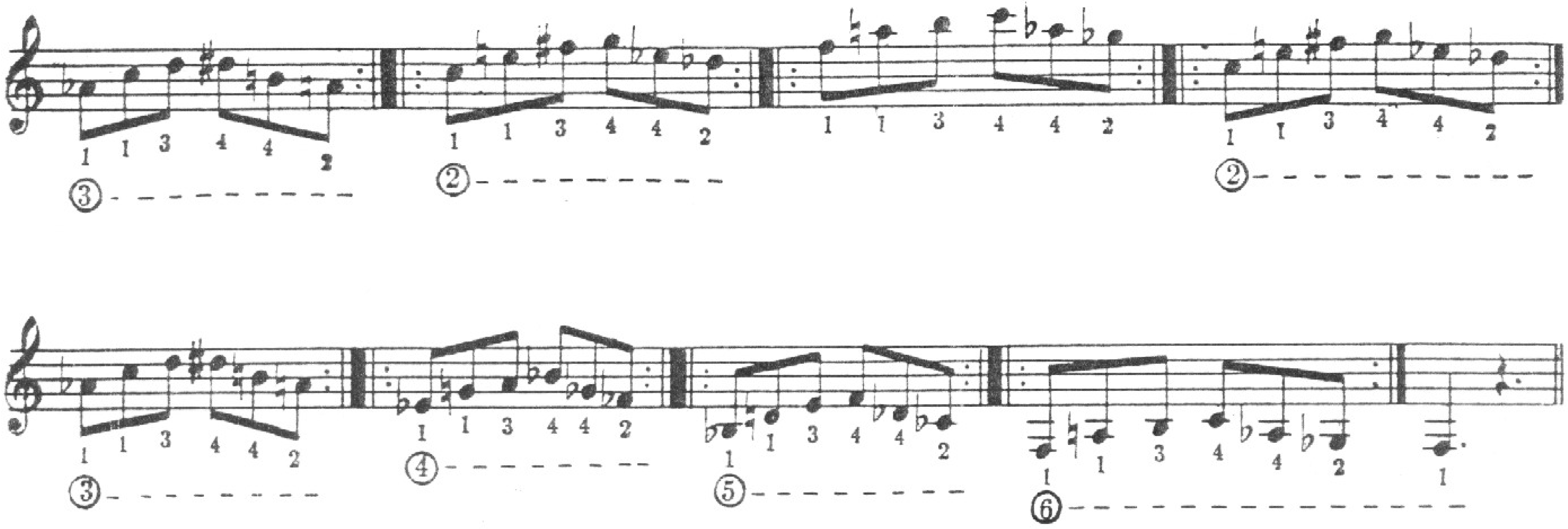
遠距把位移動

遠距把位可以定義爲超過左手四根手指縱向放置時所自然涵蓋的把位範圍。

（由第一移動至第五把位）

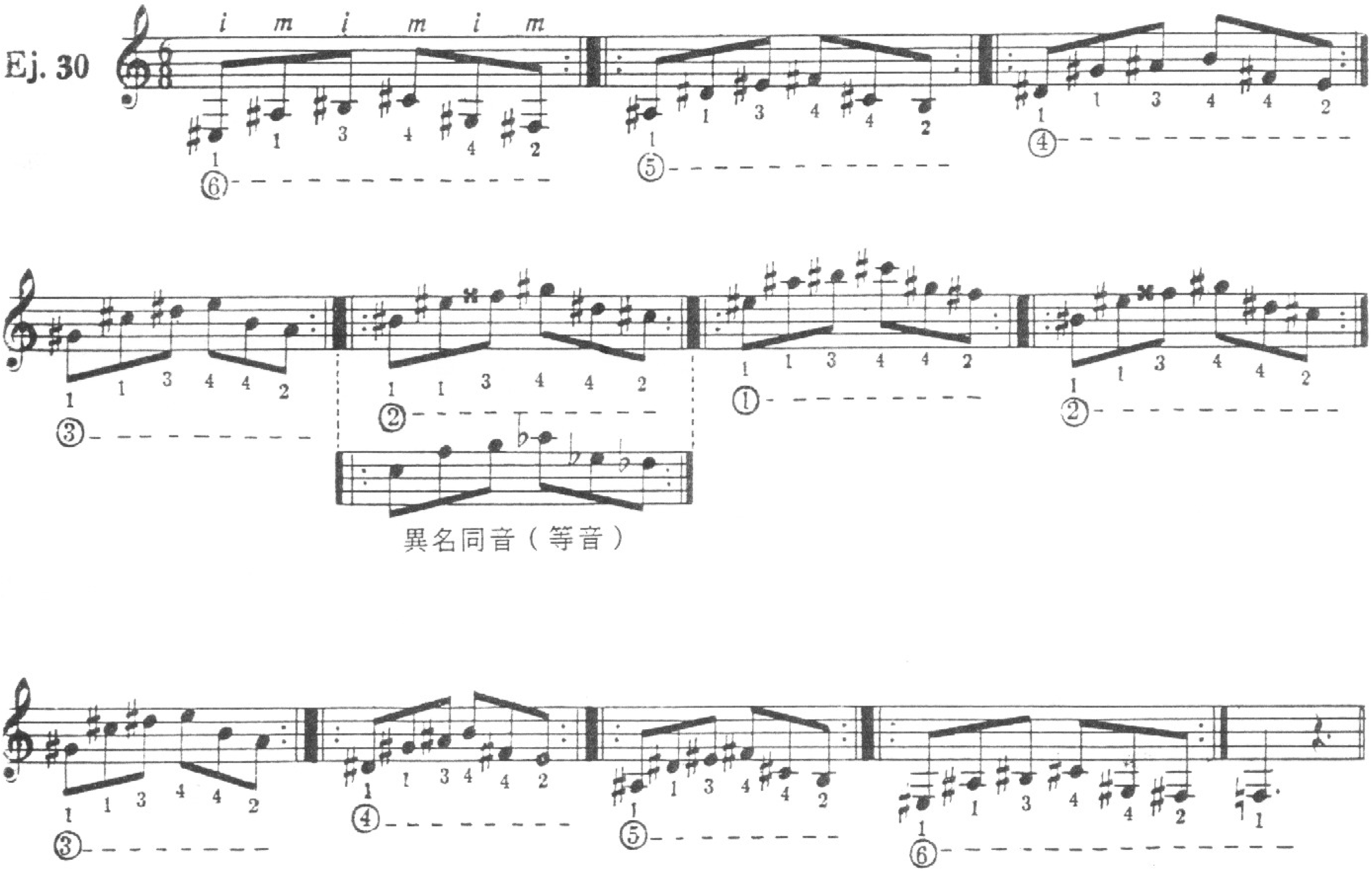
Ej. 29


i m i m i m
1 1 3 4 4 2
⑥ ⑤ ④



（由第一移動至第六把位）

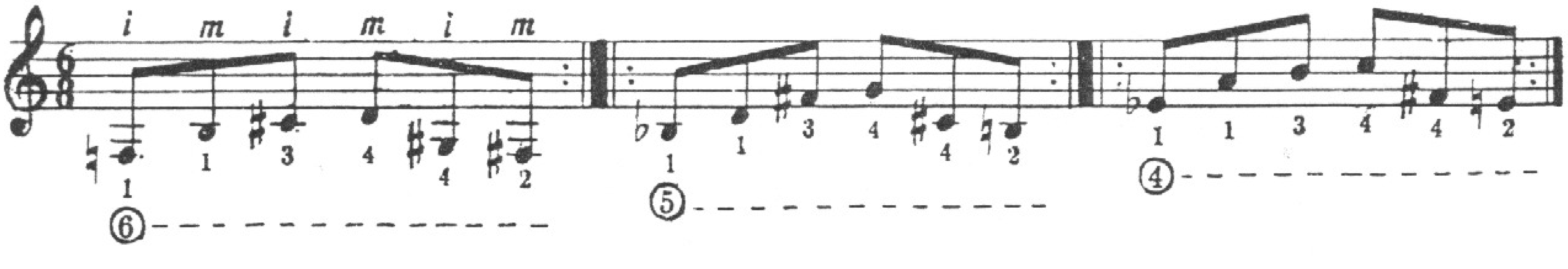
Ej. 30

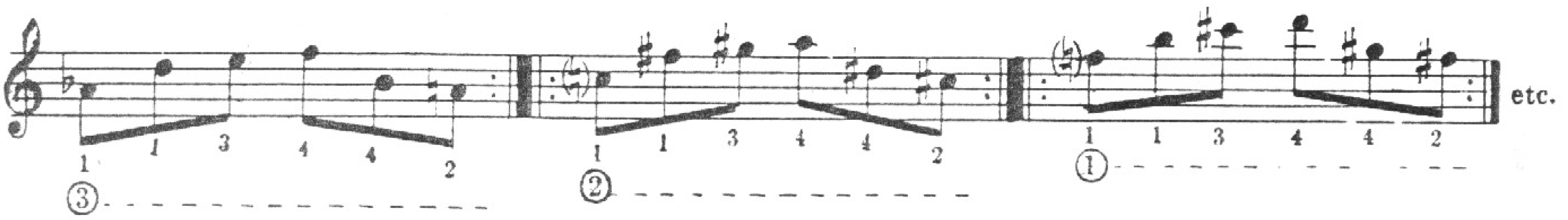


使用等音記譜的目的是爲了方便讀譜。

（由第一移動至第七把位）

Ej. 31

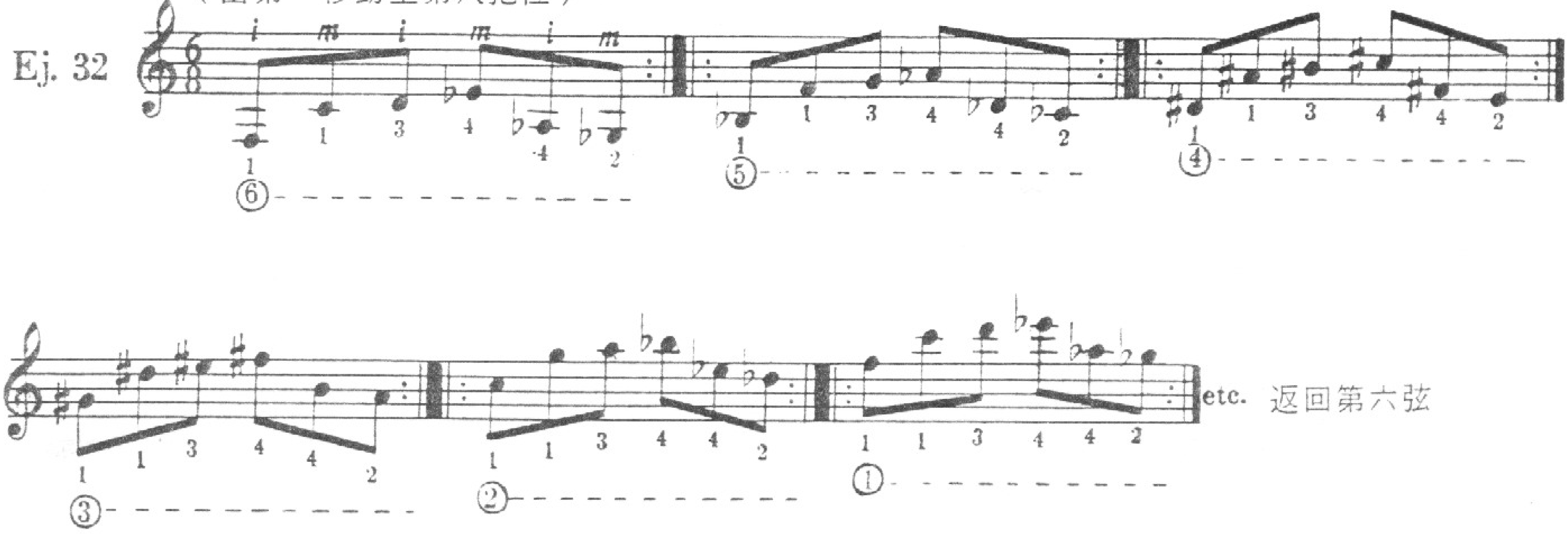



1 1 3 4 4 2
③
1 1 3 4 4 2
②
1 1 3 4 4 2
①
etc.

學生們必須在其他弦上練習，再返回第六弦止。

（由第一移動至第八把位）

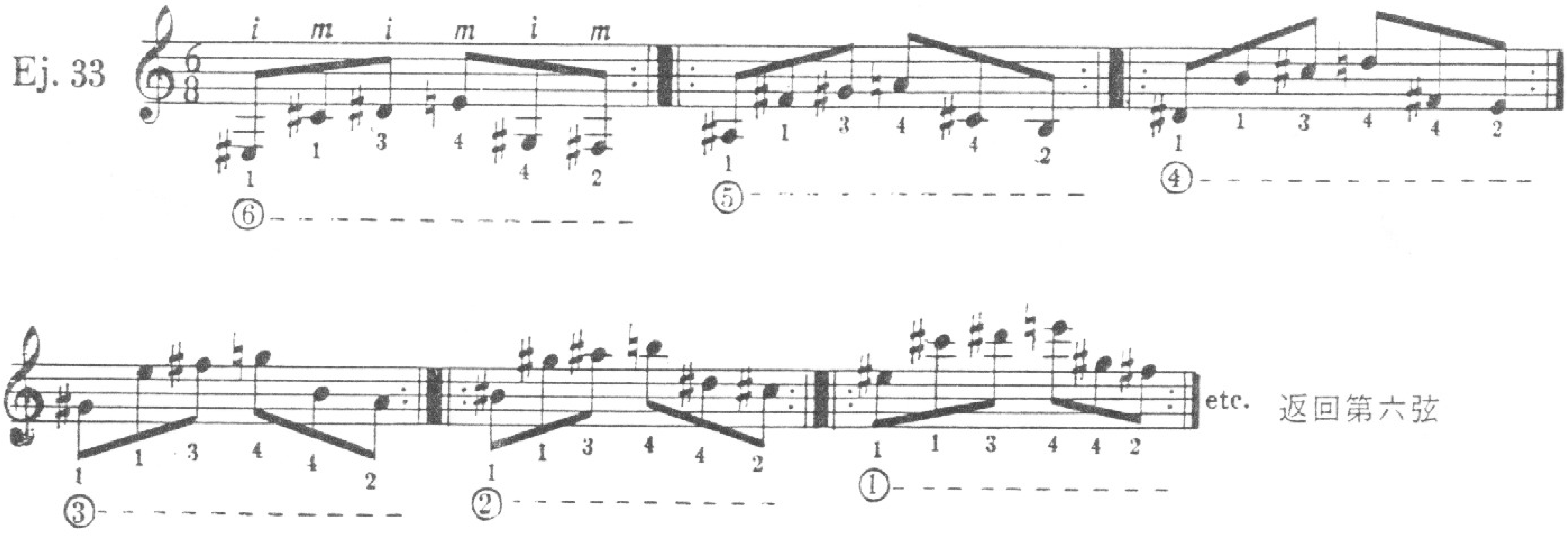
Ej. 32


i m i m i m
1 1 3 4 4 2
⑥
⑤
④
③
②
①

etc. 返回第六弦

（由第一移動至第九把位）

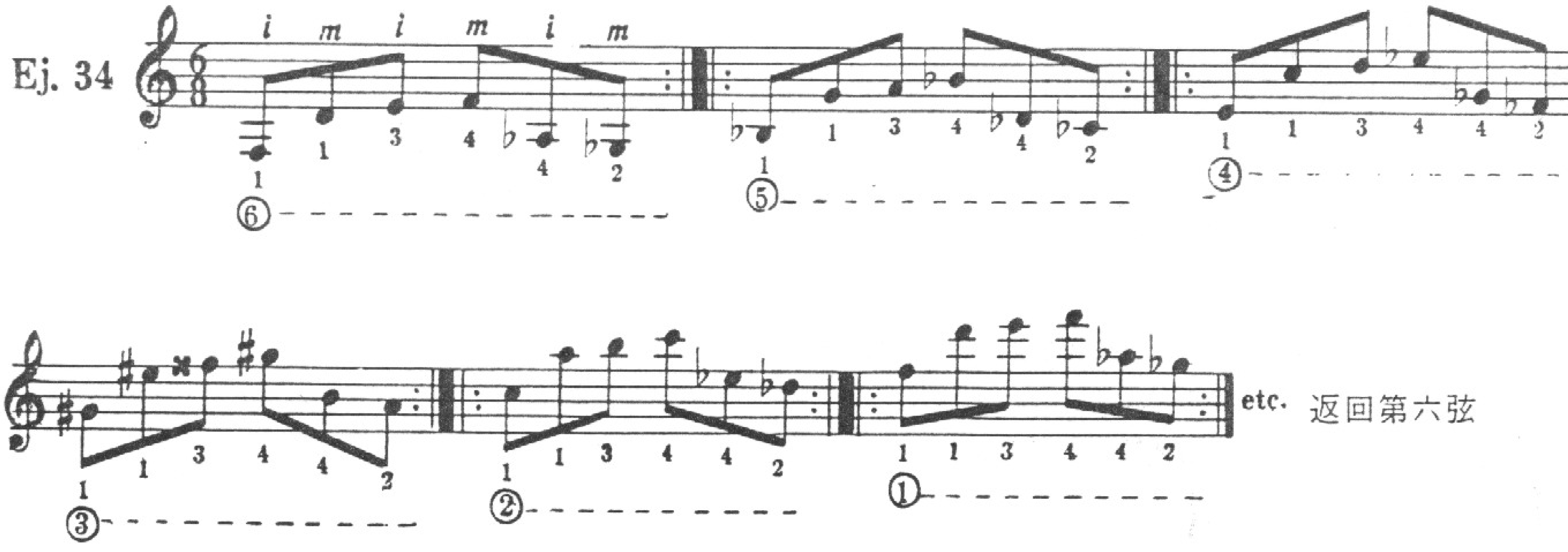
Ej. 33


i m i m i m
1 1 3 4 4 2
⑥
⑤
④
③
②
①

etc. 返回第六弦

（由第一移動至第十把位）

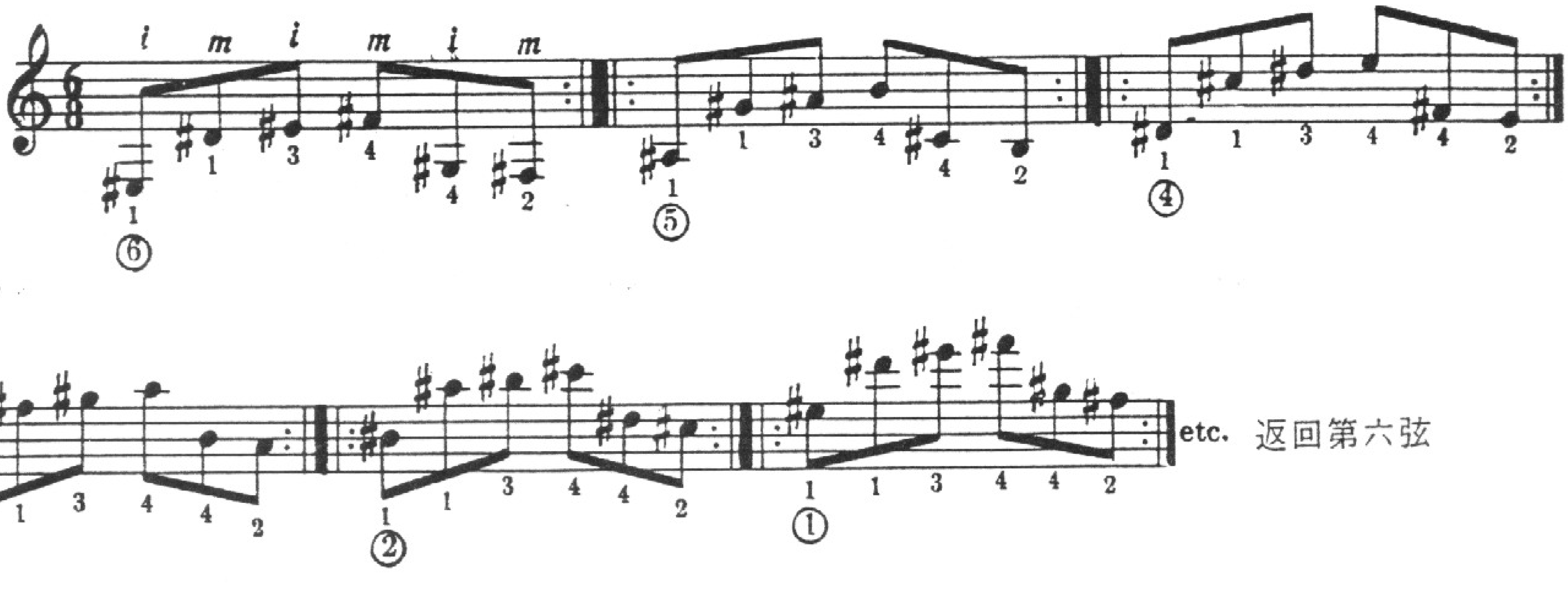
Ej. 34


i m i m i m
1 1 3 4 4 2
⑥
⑤
④
③
②
①

etc. 返回第六弦

（由第一移動至第十一把位）

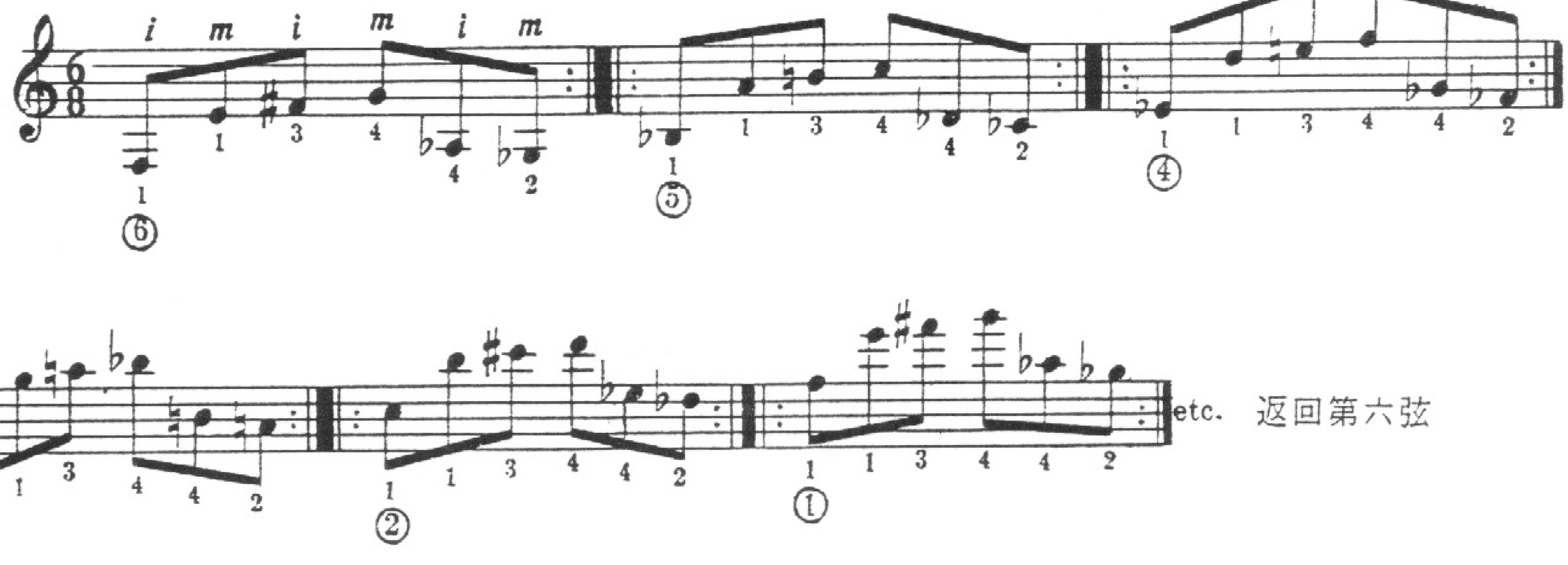
Ej. 35


i m i m i m
⑥ ⑤ ④ ③ ② ①

etc. 返回第六弦

（由第一移動至第十二把位）

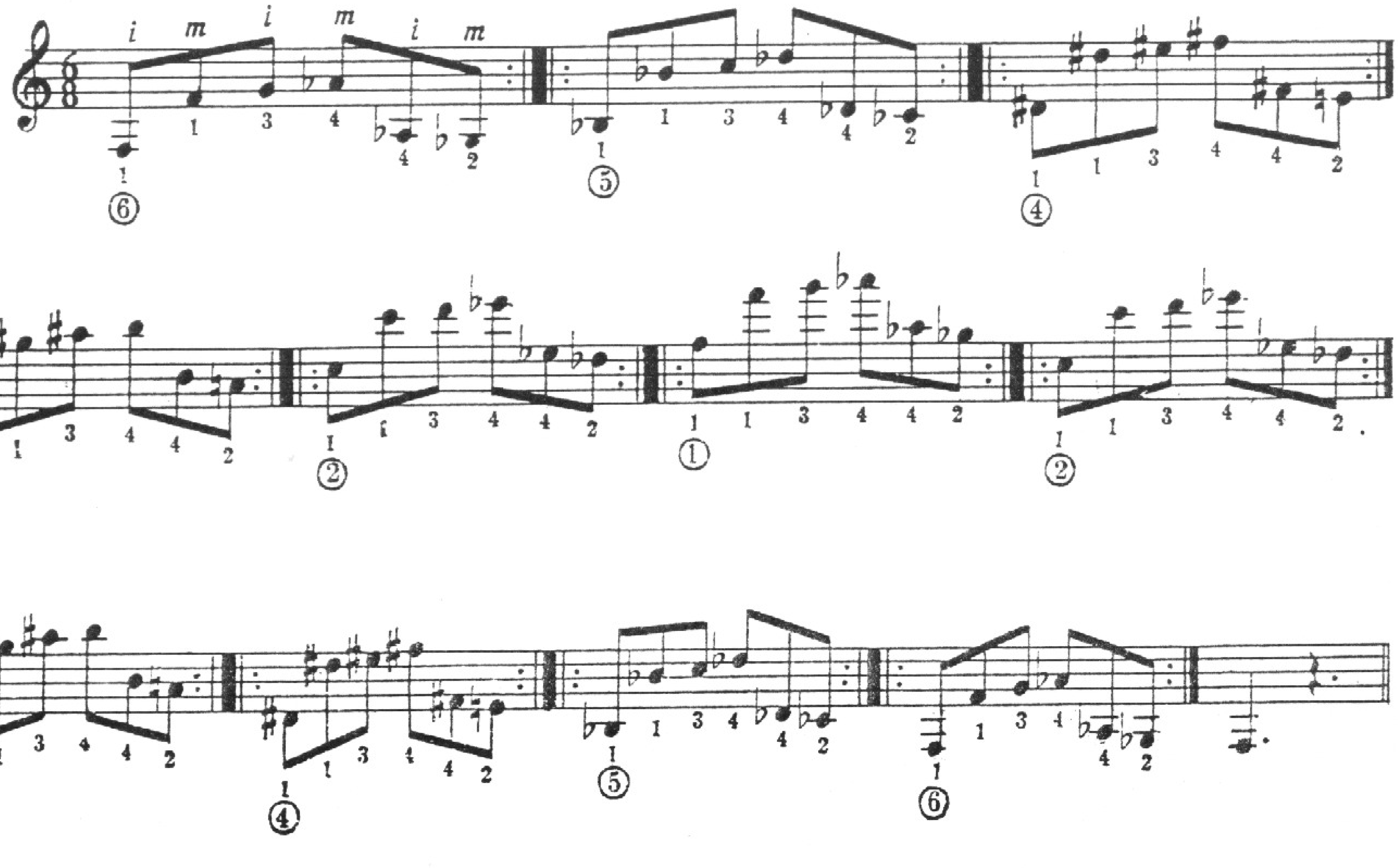
Ej. 36


i m i m i m
⑥ ⑤ ④ ③ ② ①

etc. 返回第六弦

（八度移位）

Ej. 37

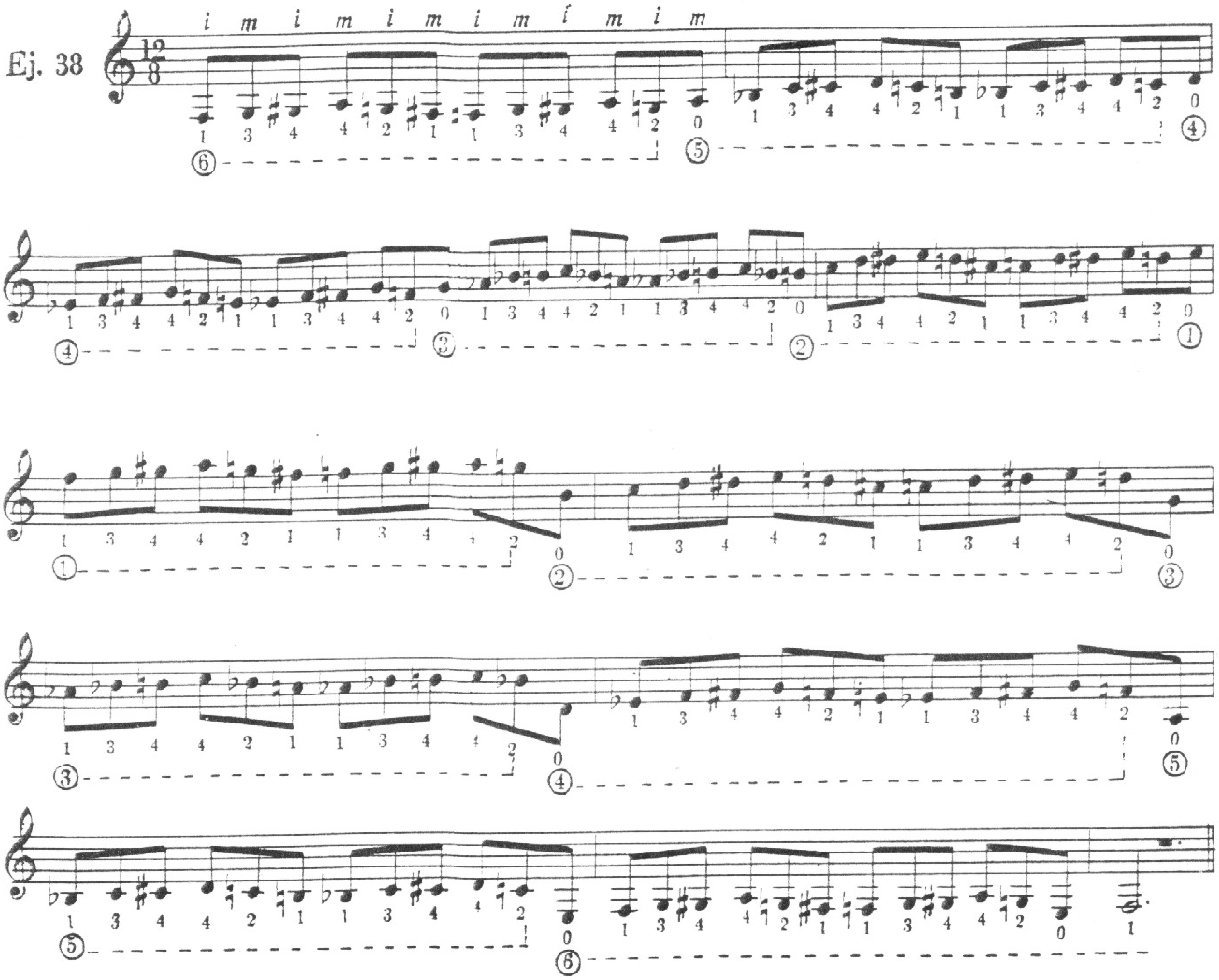

i m i m i m
⑥ ⑤ ④ ③ ② ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

使用 4 指上行，1 指下行的移位移動

近距把位移動

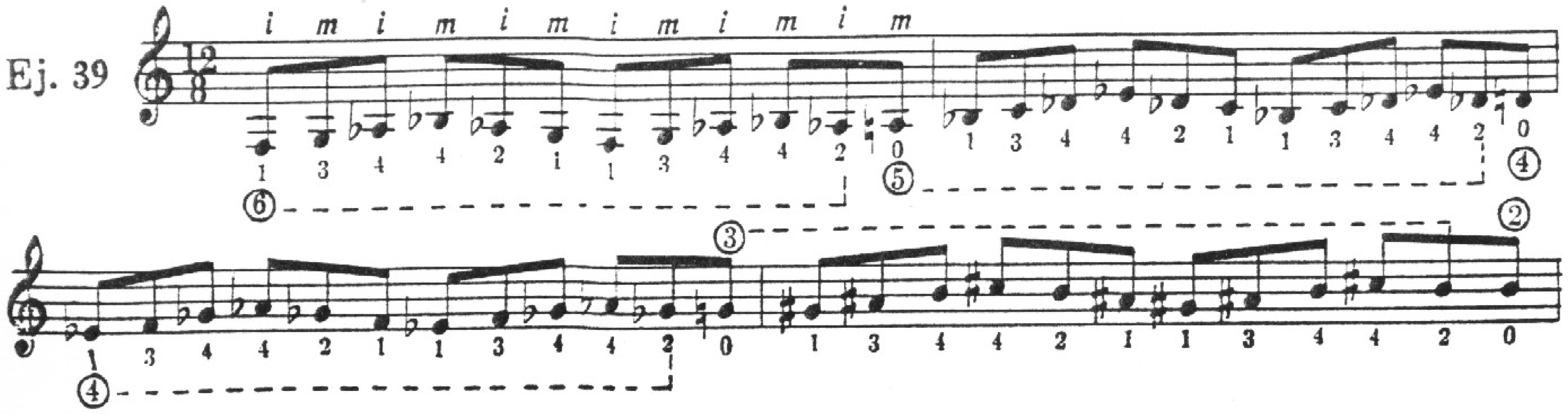
（由第一移動至第二把位）

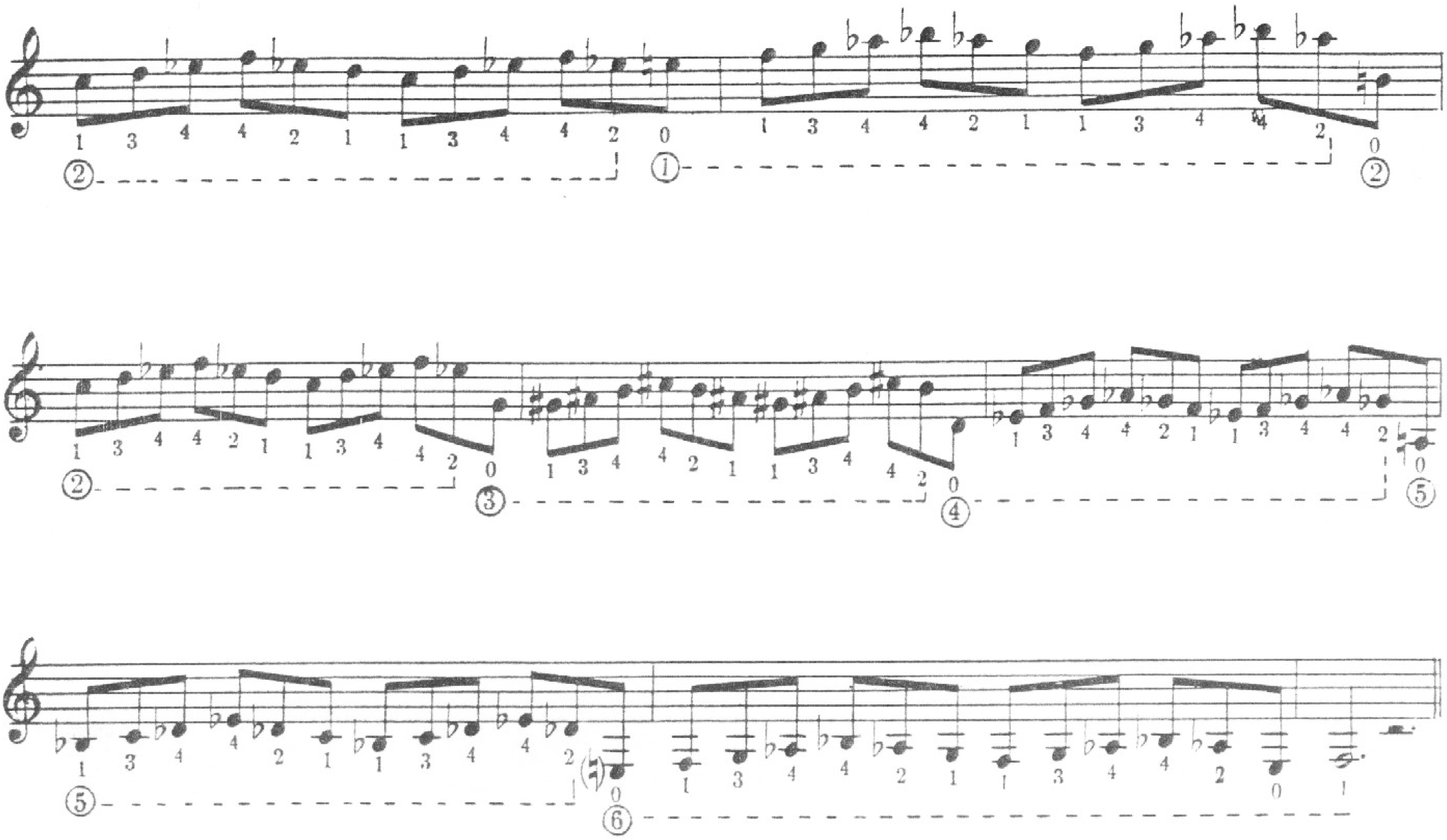
Ej. 38


i m i m i m i m i m i m

（由第一移動至第三把位）

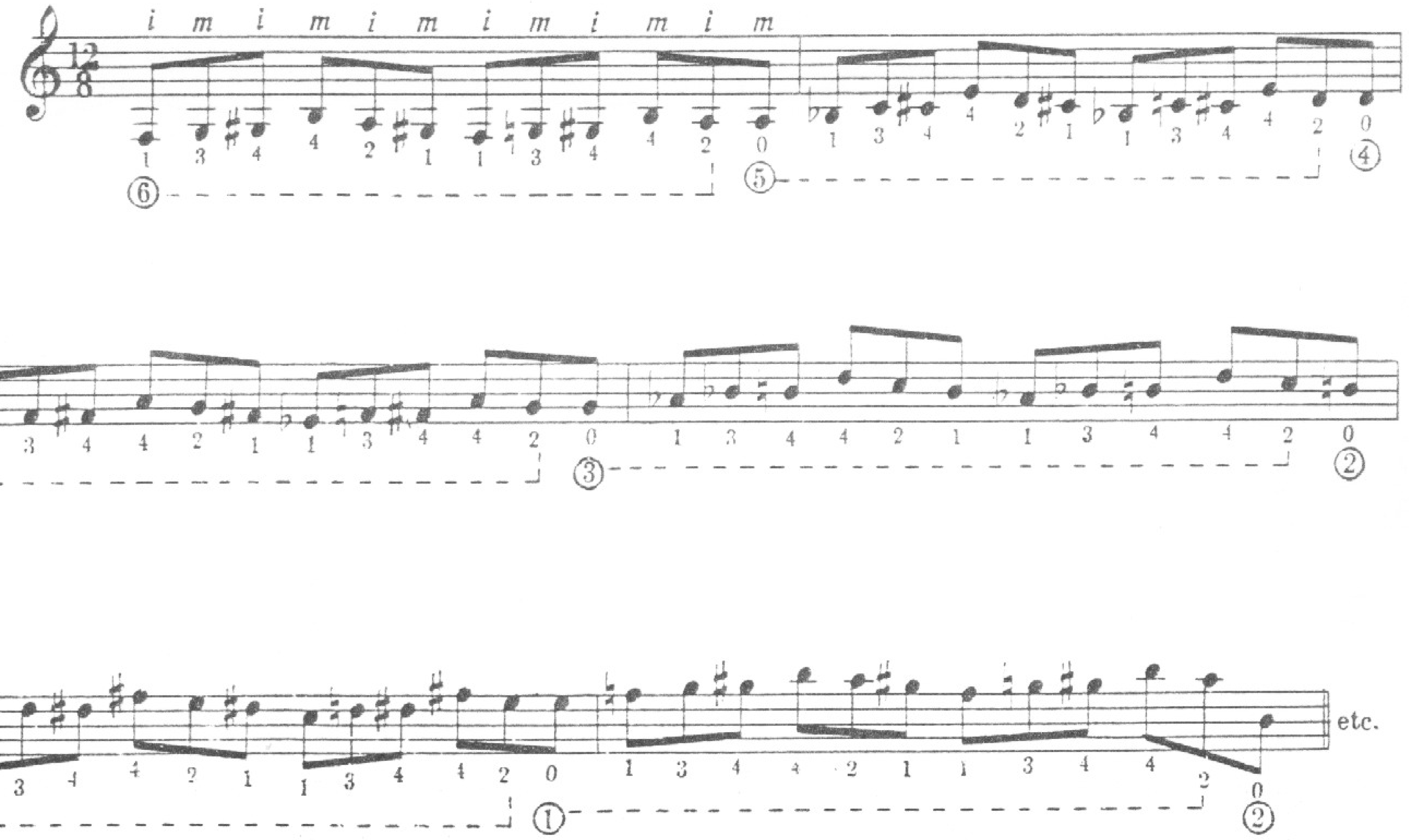
Ej. 39


i m i m i m i m i m i m



（由第一移動至第四把位）

Ej. 40

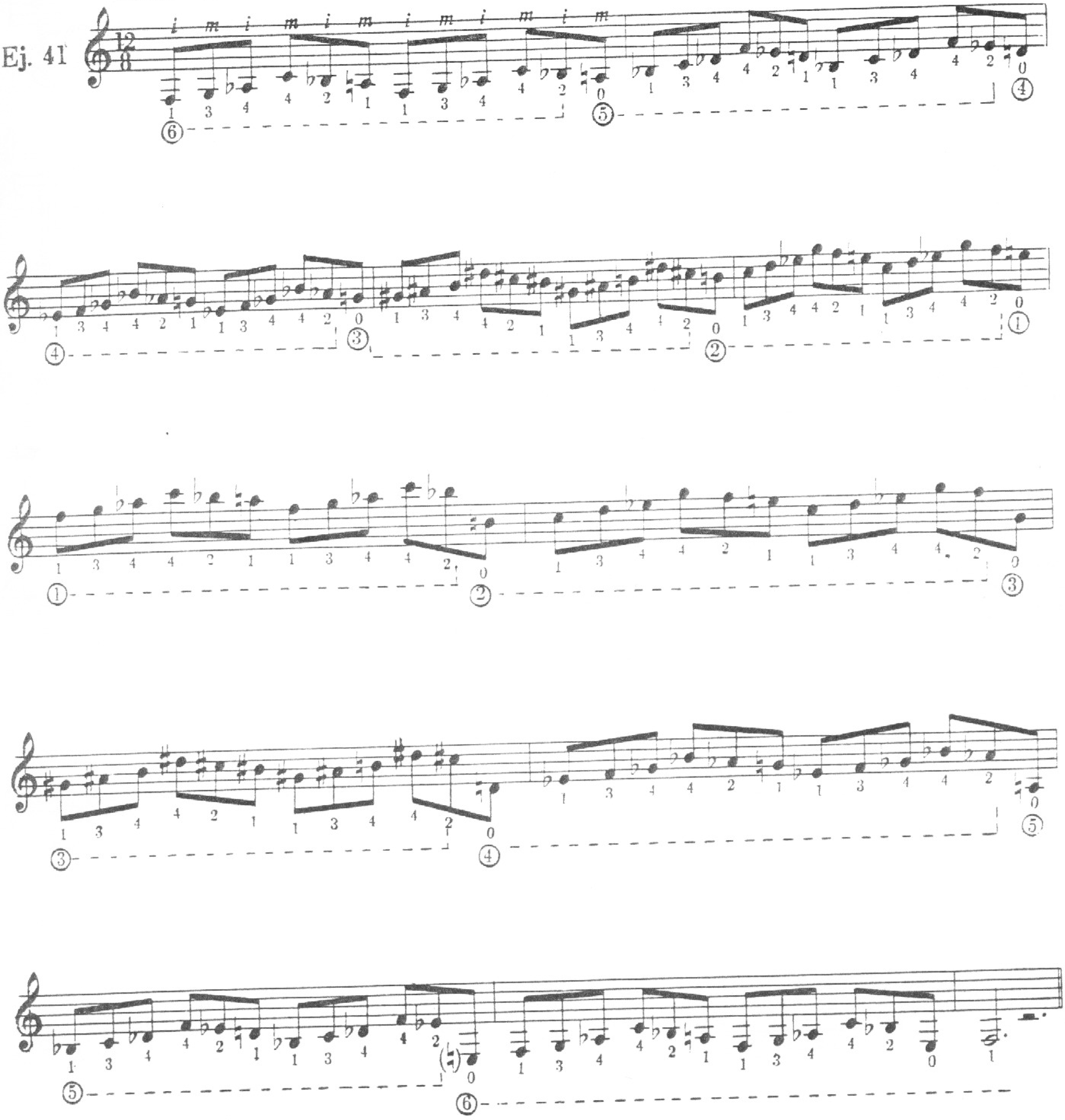

i m i m i m i m i m i m
etc.

要如前面所所示的練習般，回到第六弦止。

遠距把位移動

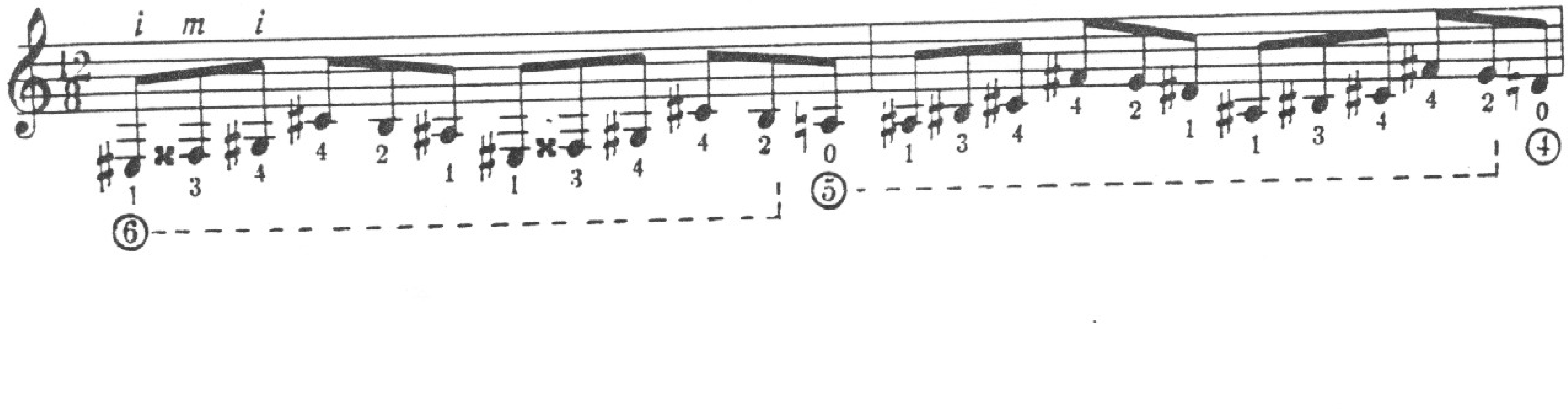
（由第一移動至第五把位）

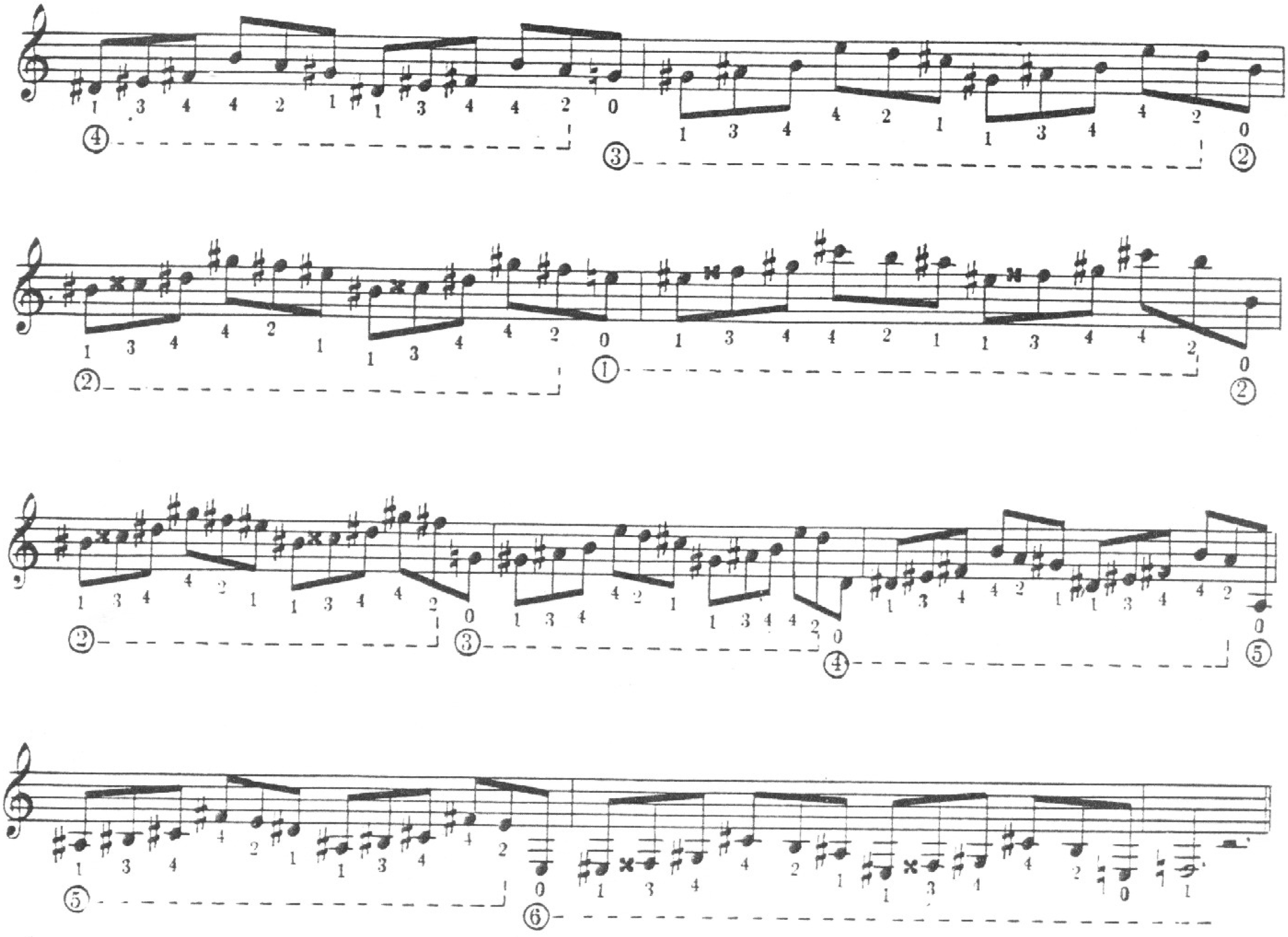
Ej. 41


i m i m i m i m i m i m

(由第一移動至第六把位）

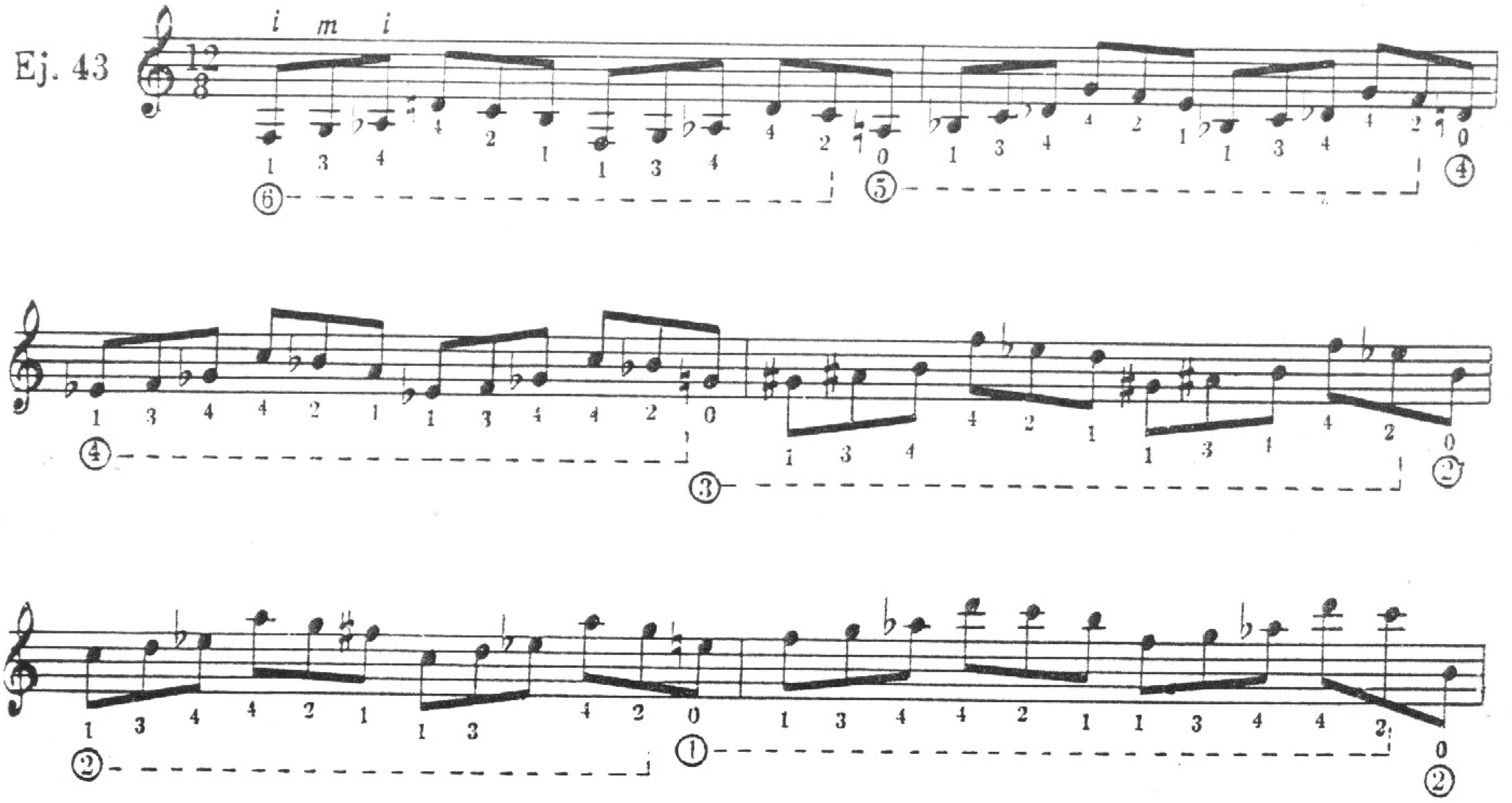
Ej. 42

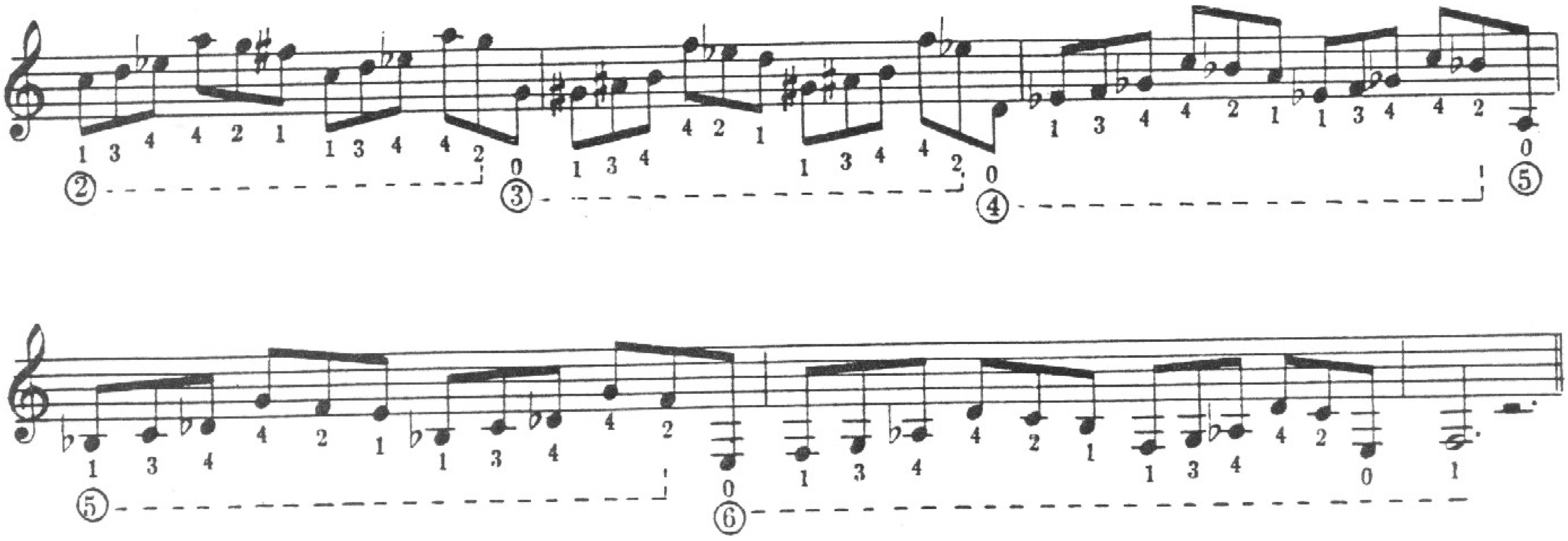




（由第一移動至第七把位）

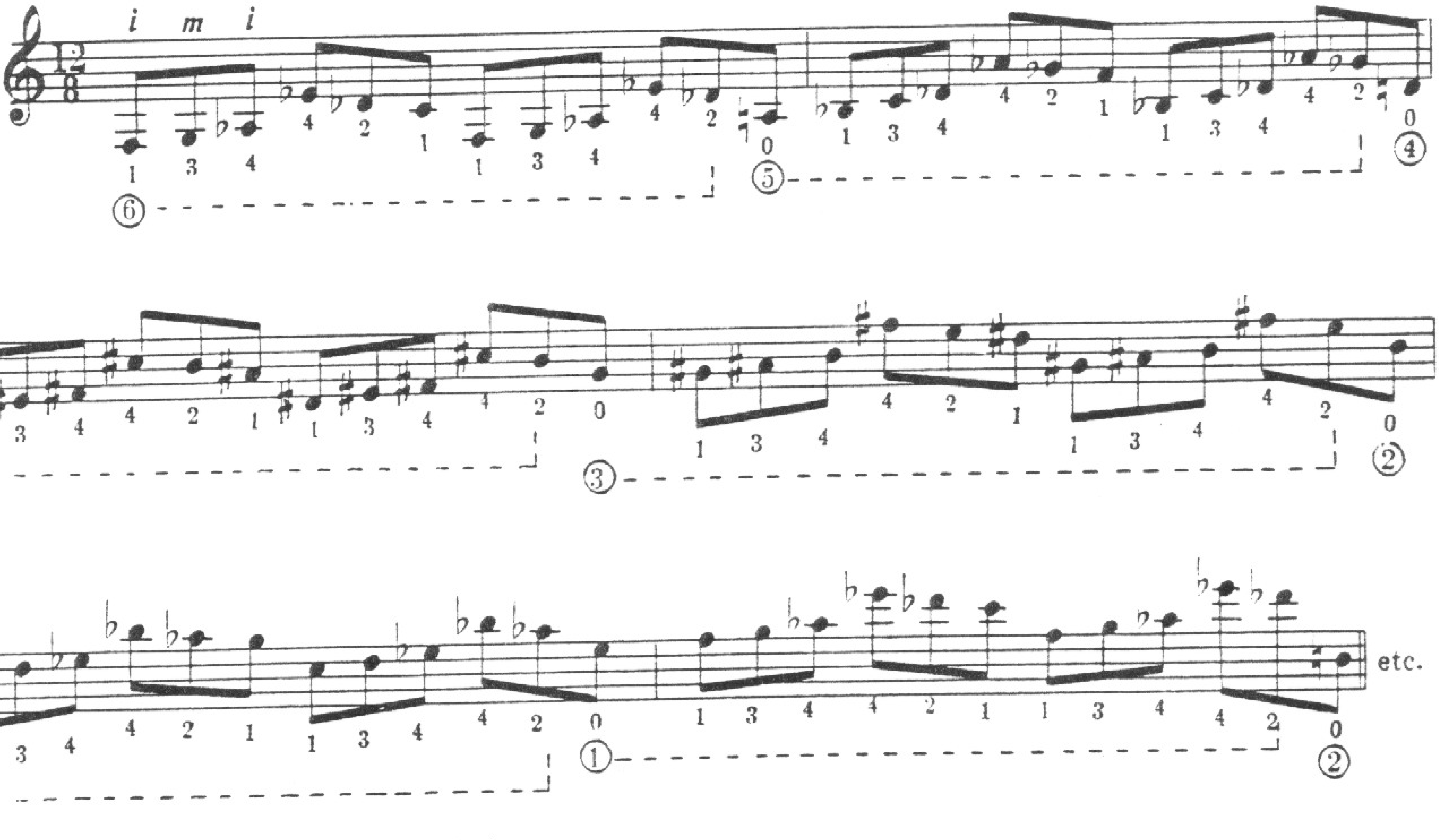
Ej. 43





（由第一移動至第八把位）

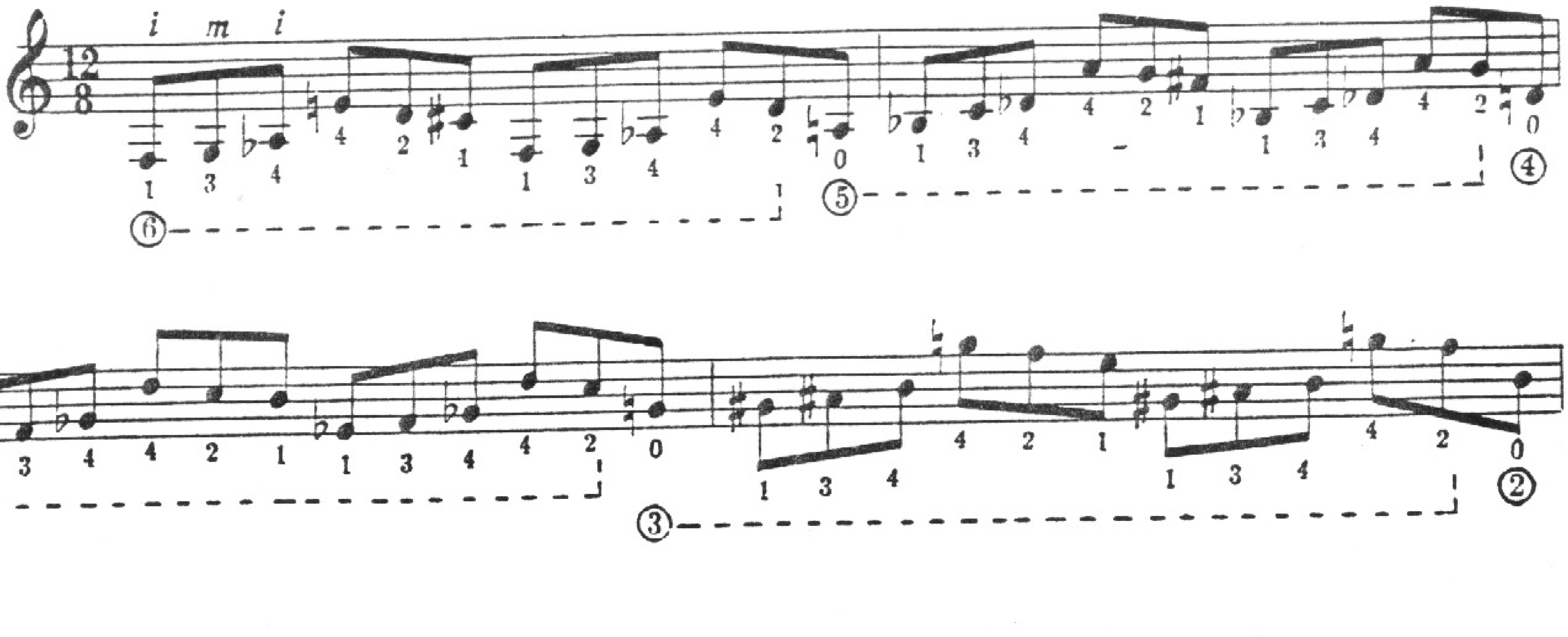
Ej. 44

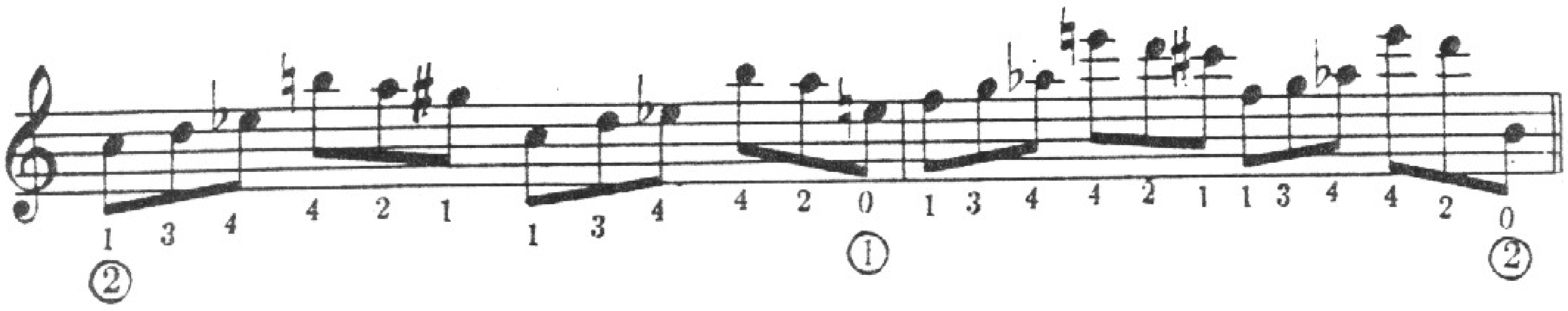


要如前面所所示的練習般，回到第六弦止。

（由第一移動至第九把位）

Ej.45

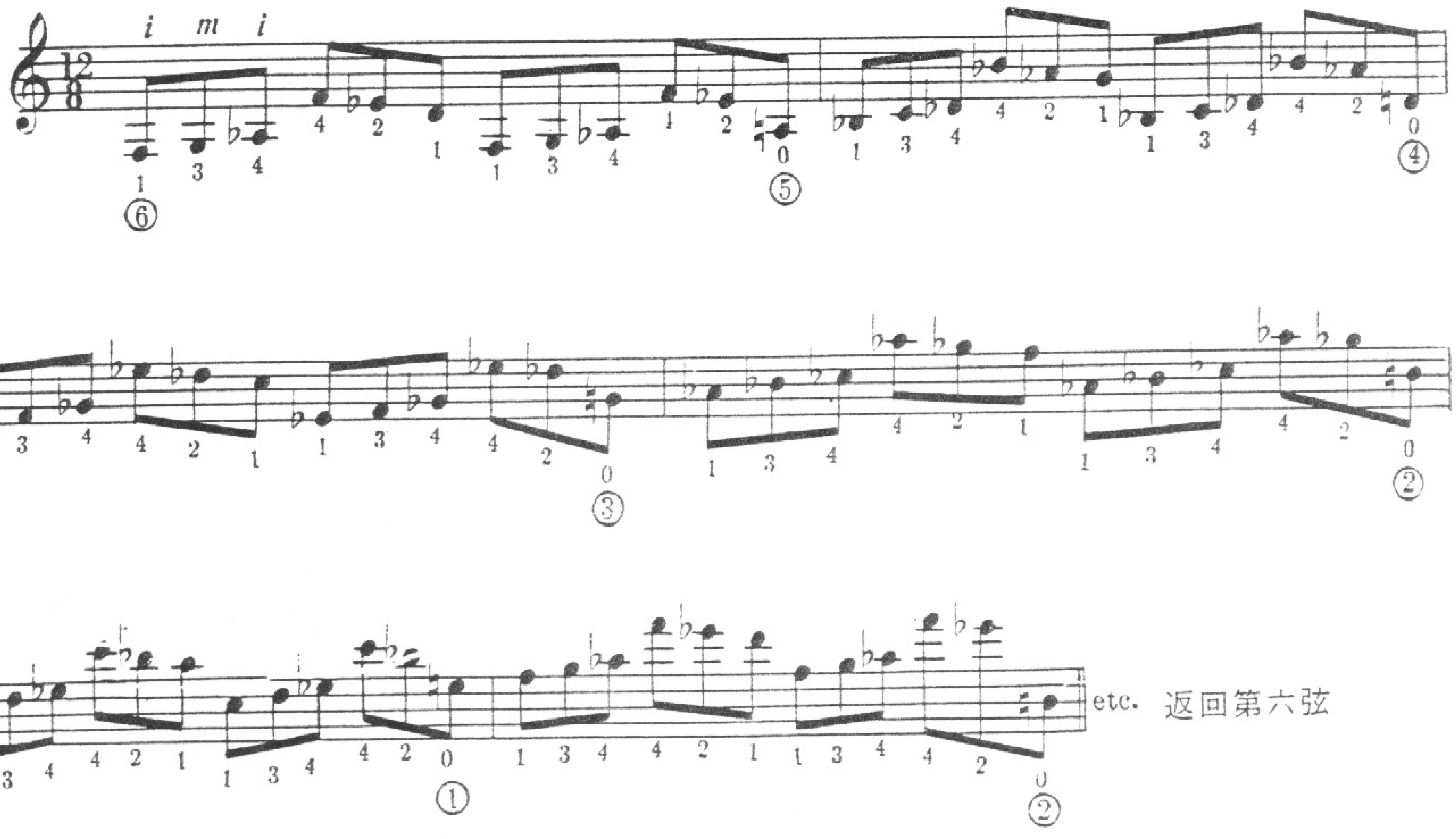




etc. 返回第六弦

（由第一移動至第十把位）

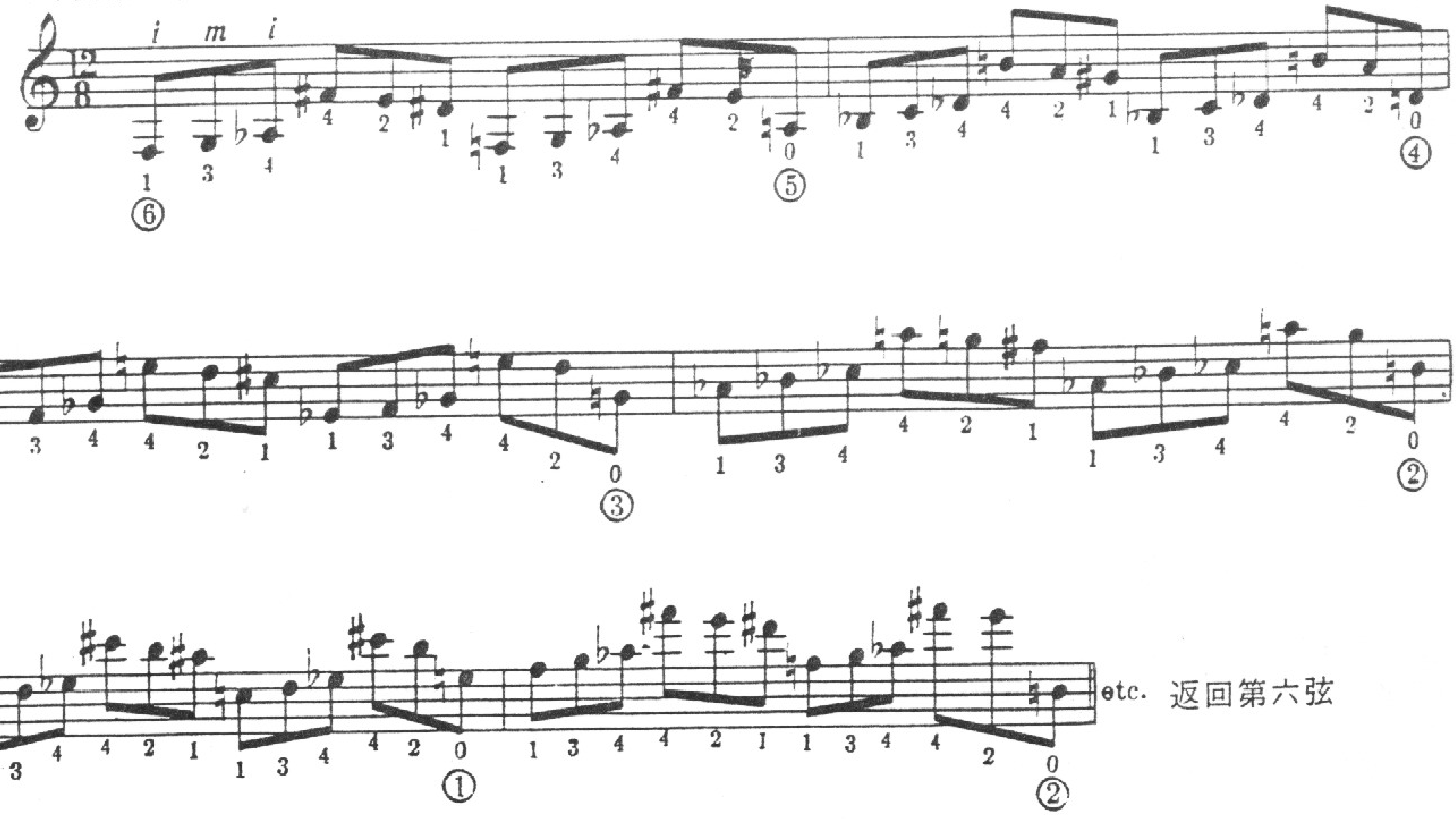
Ej. 46



etc. 返回第六弦

（由第一移動至第十一把位）

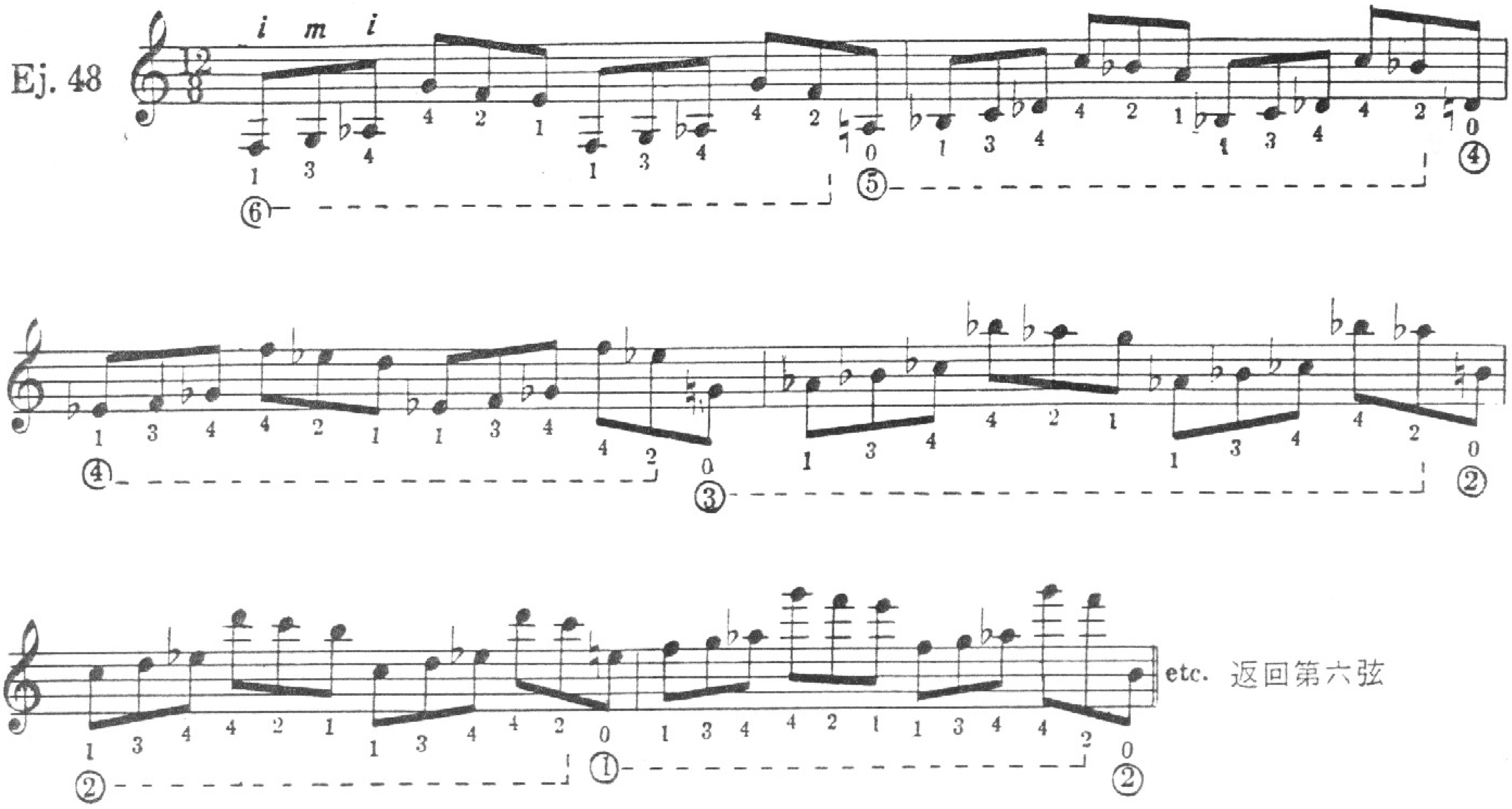
Ej. 47



etc. 返回第六弦

（由第一移動至第十二把位）

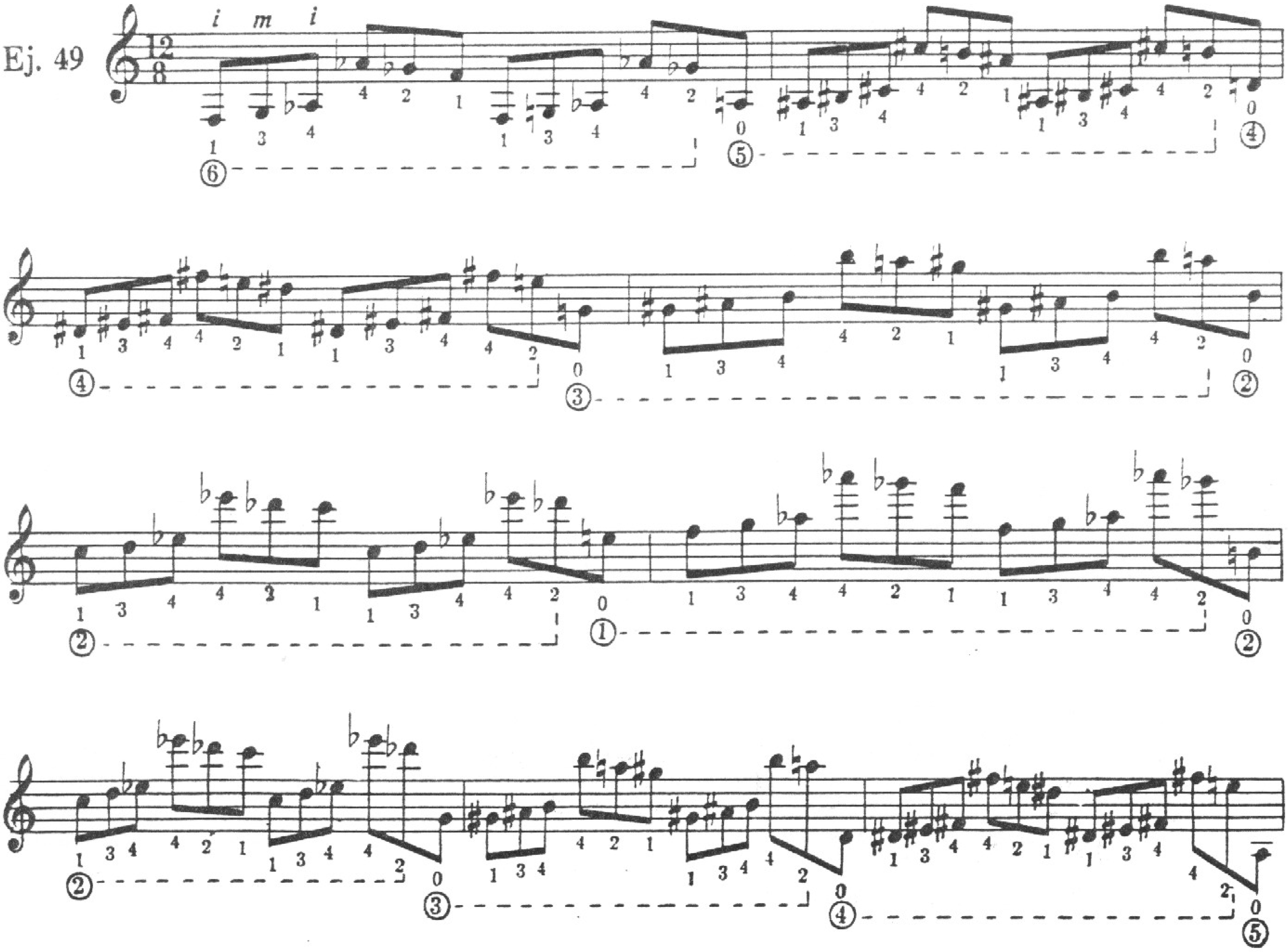
Ej. 48

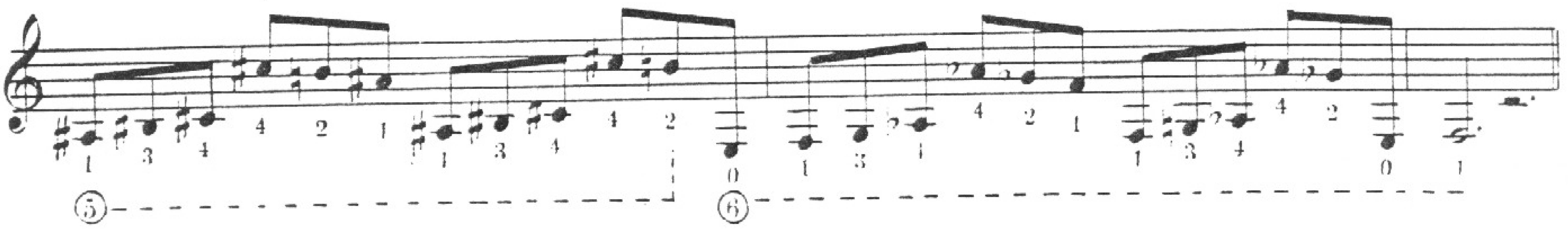


etc. 返回第六弦

（八度移位）

Ej. 49





其他型式

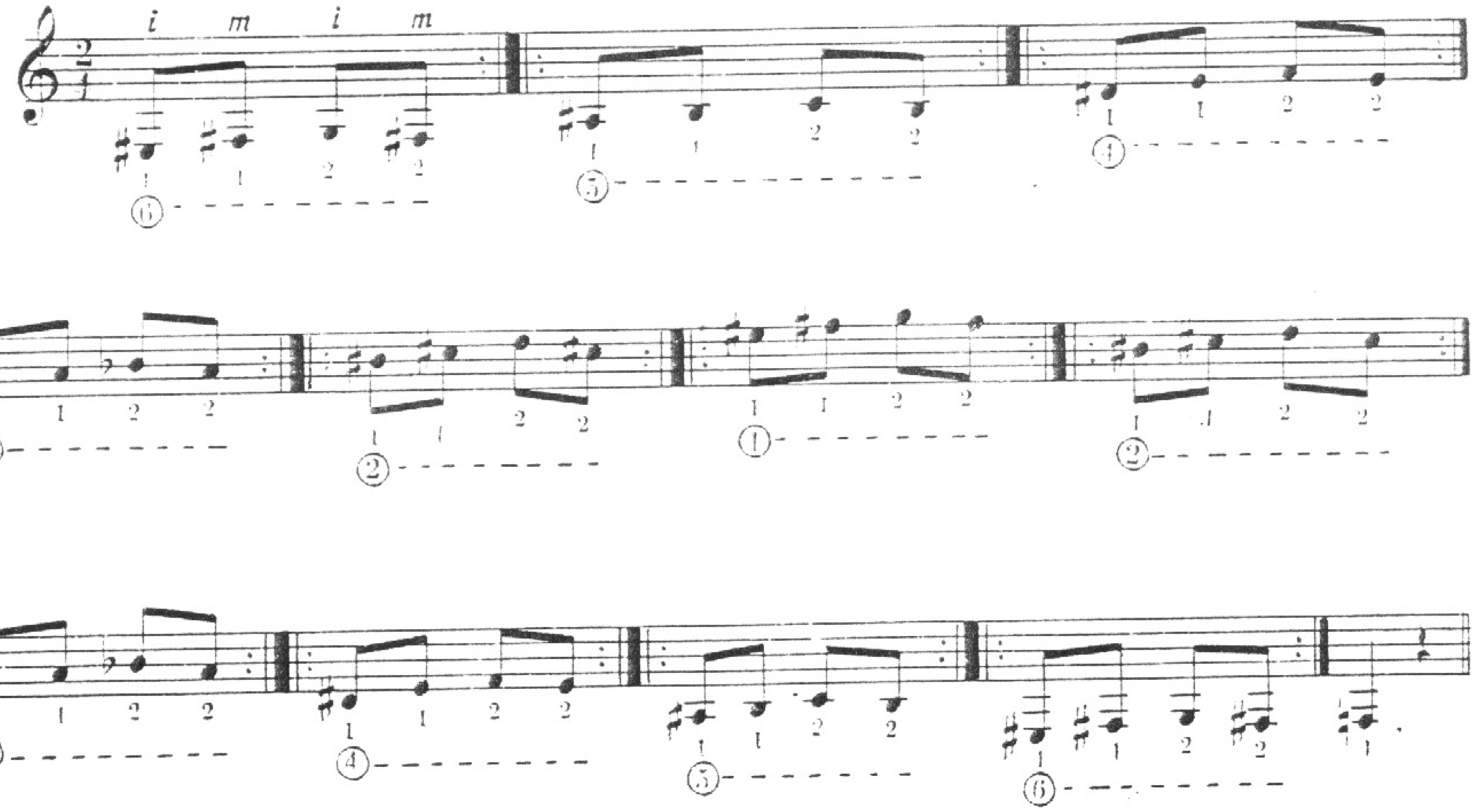
使用 1 指上行，2 指下行的移位移動

近距把位移動

固定第一把位爲移動起始點的目的是爲了練習不同的距離。

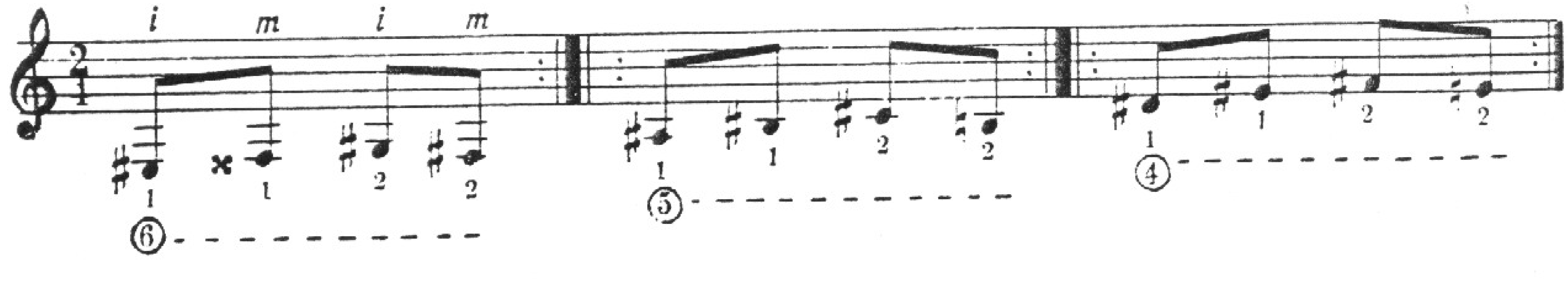
（移動至第二把位）

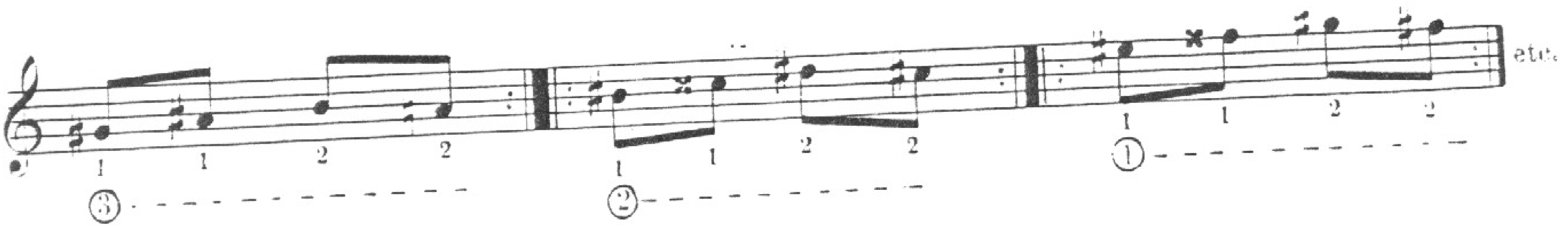
Ej. 50



（移動至第三把位）

Ej. 51

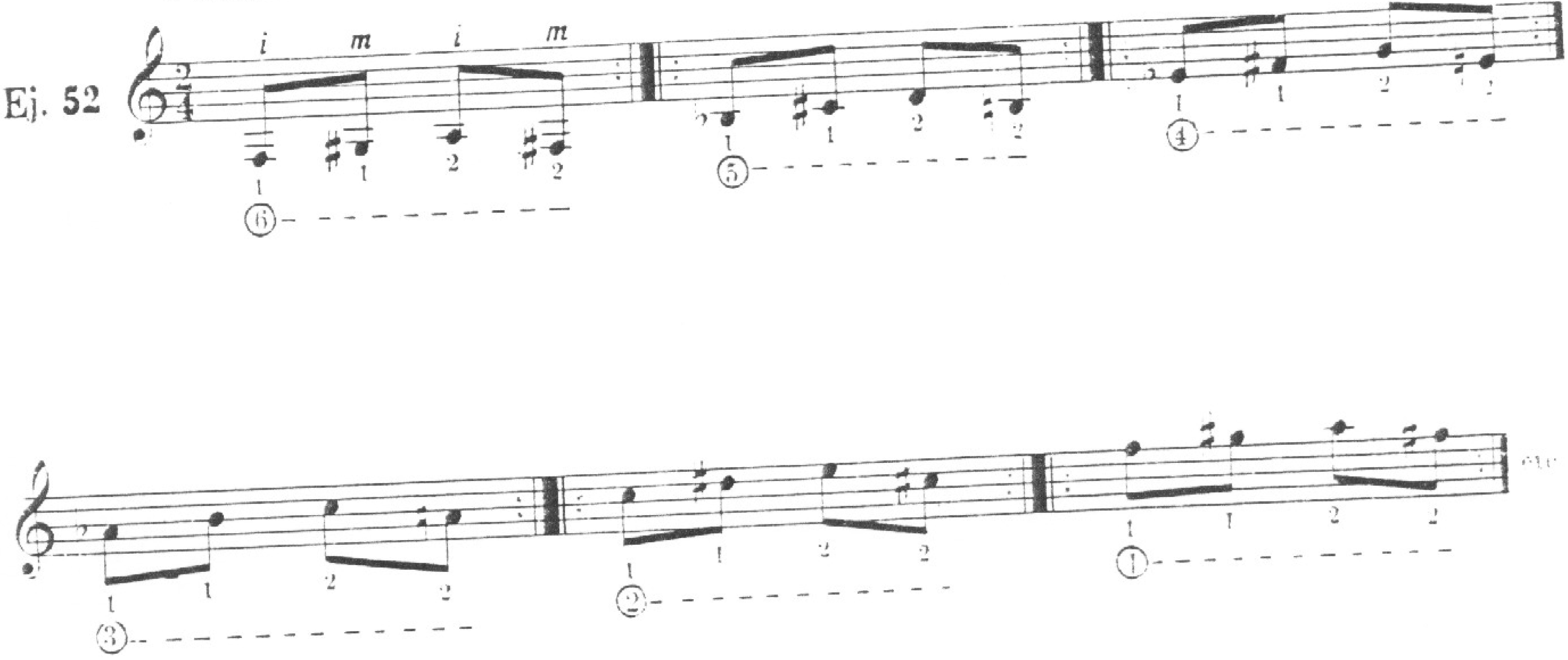




要如前面所所示的練習般，回到第六弦止。

（移動至第四把位）

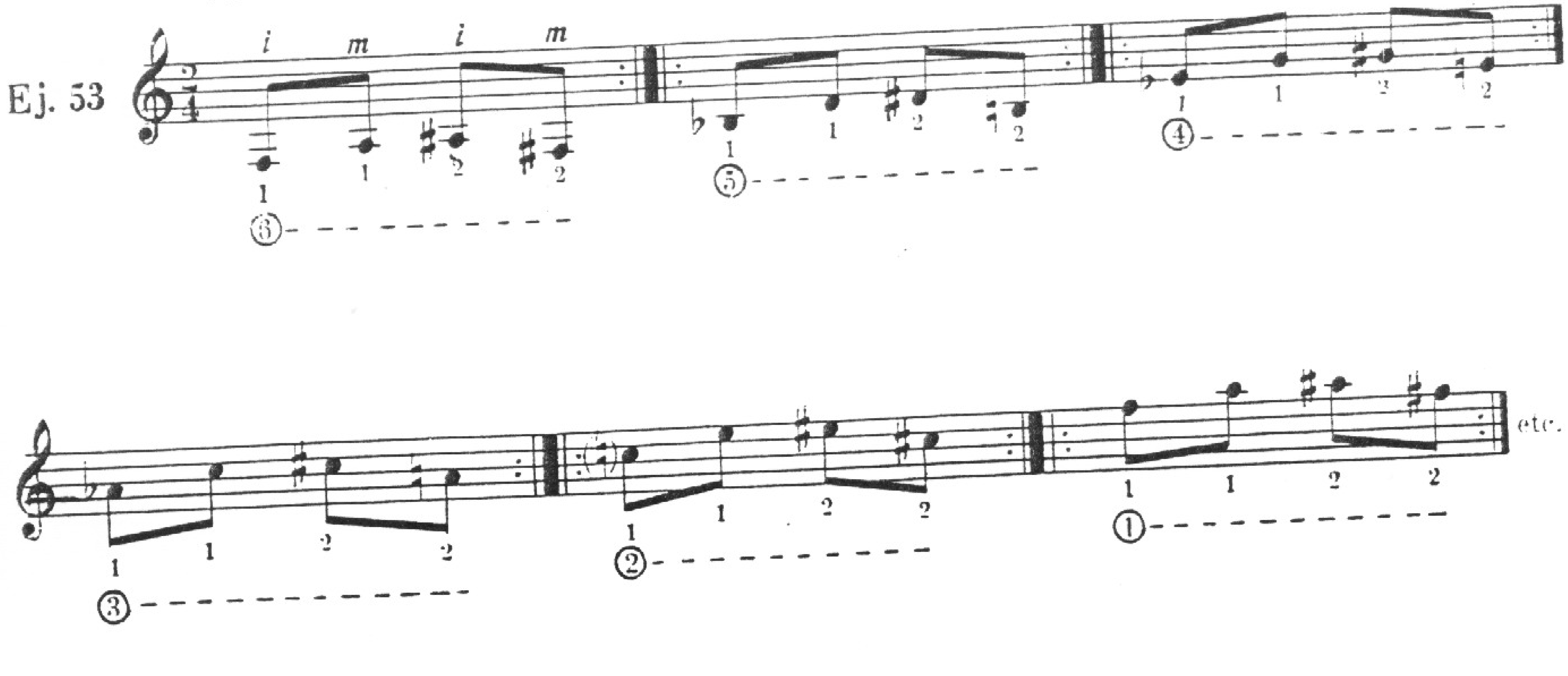
Ej. 52


i
m
i
m
⑥
⑤
④
③
②
①
etc.

遠距把位移動

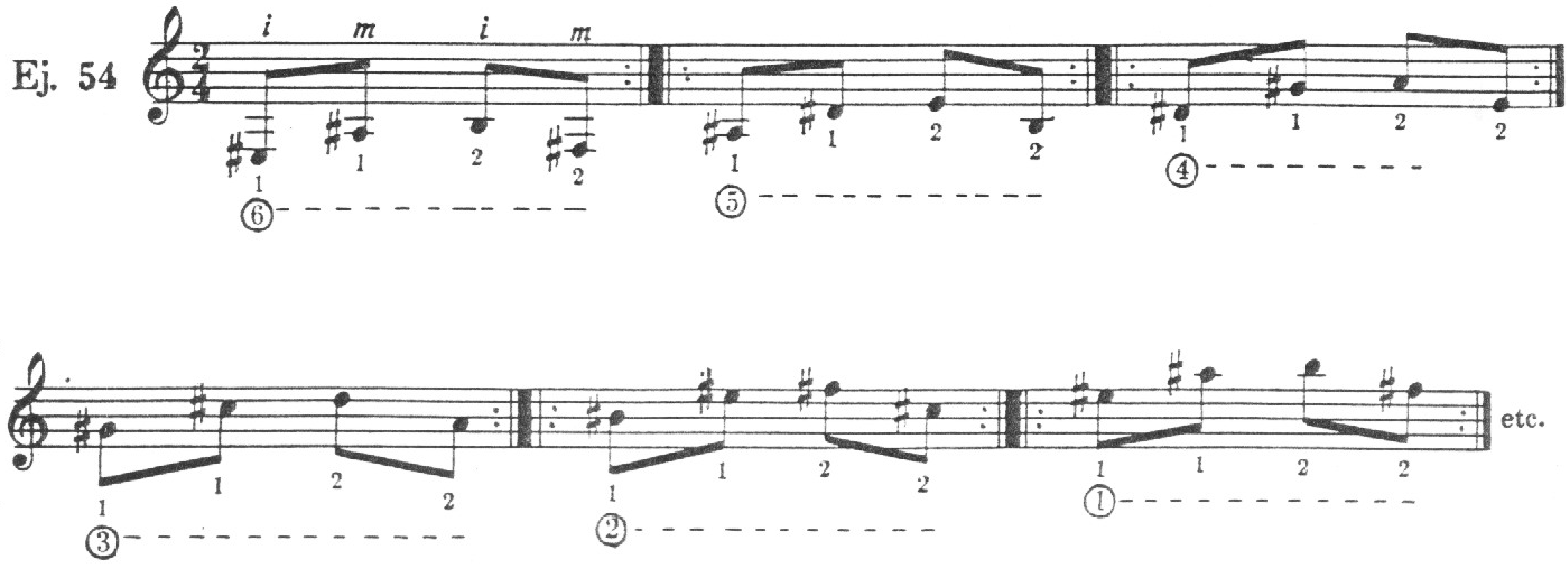
（移動至第五把位）

Ej. 53


i
m
i
m
⑥
⑤
④
③
②
①
etc.

（移動至第六把位）

Ej. 54


i m i m
⑥ ⑤ ④
③ ② ①
etc.

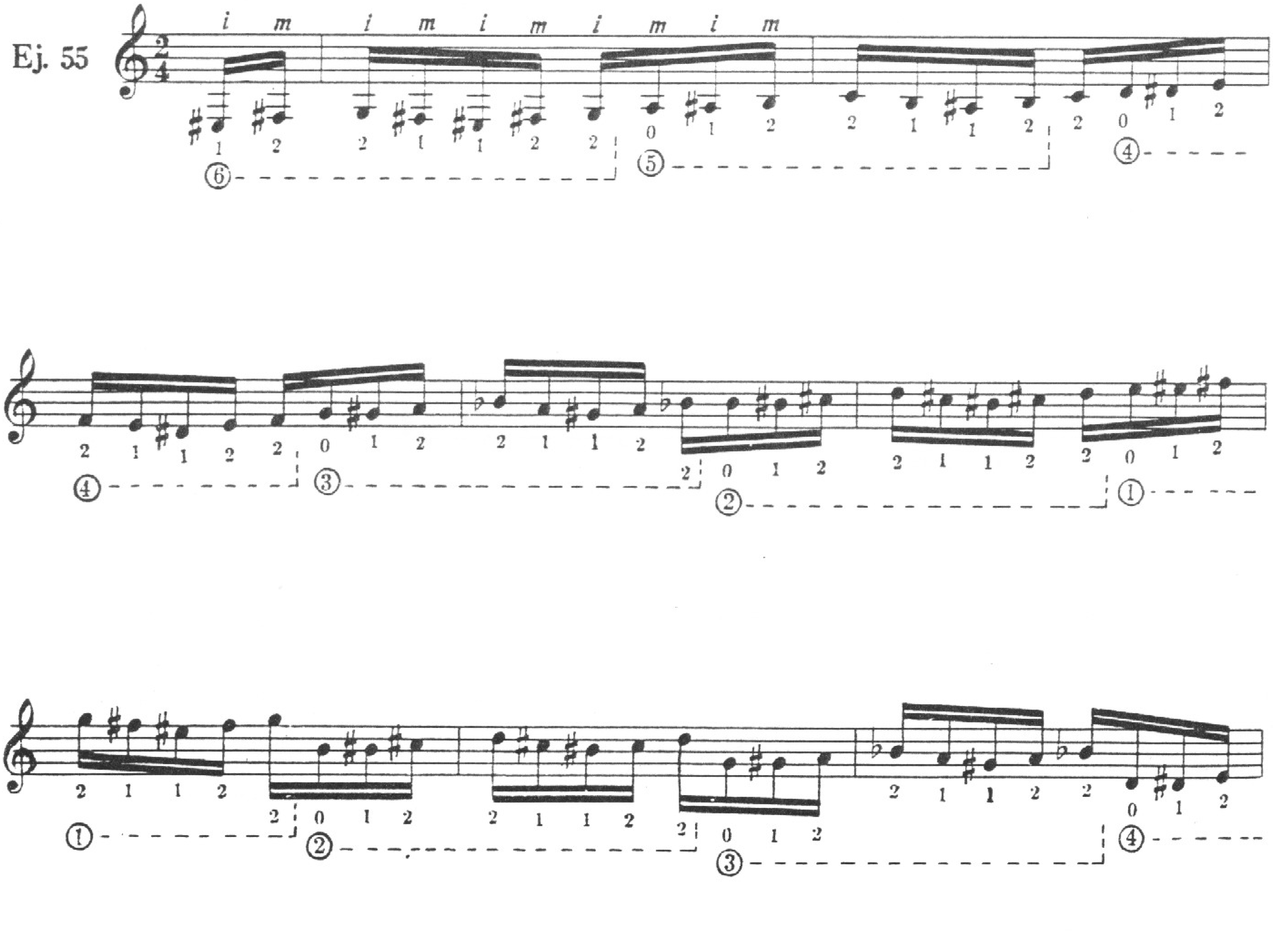
其餘的移動都相同，在此予以省略。

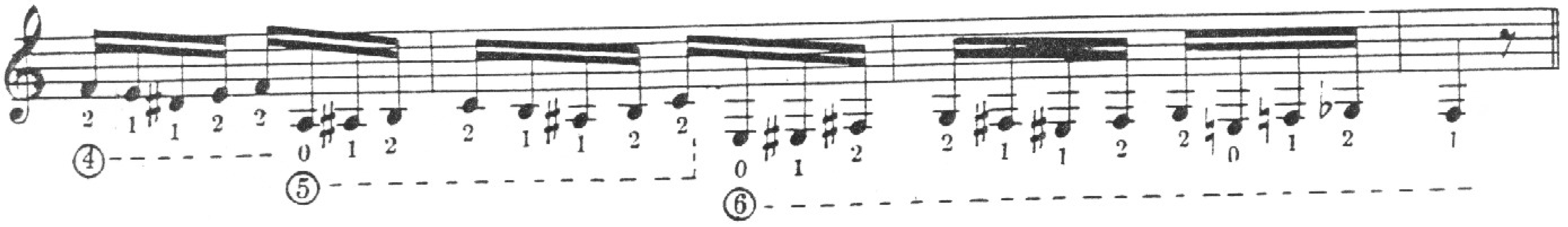
使用 2 指上行，1 指下行的移位移動

近距把位移動

（移動至第二把位）

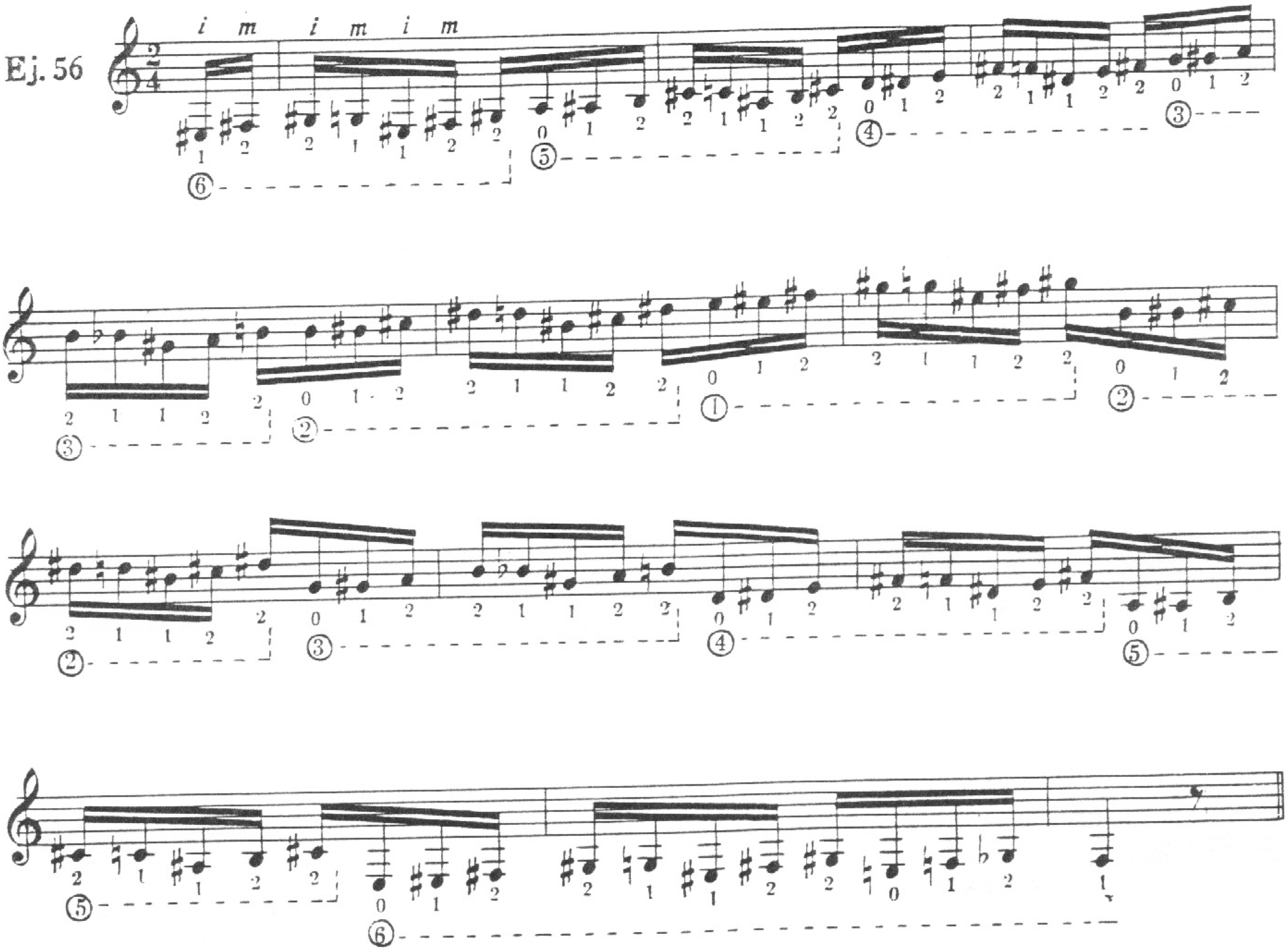
Ej. 55


i m i m i m i m i m
⑥ ⑤ ④
④ ③ ② ①
① ② ③ ④



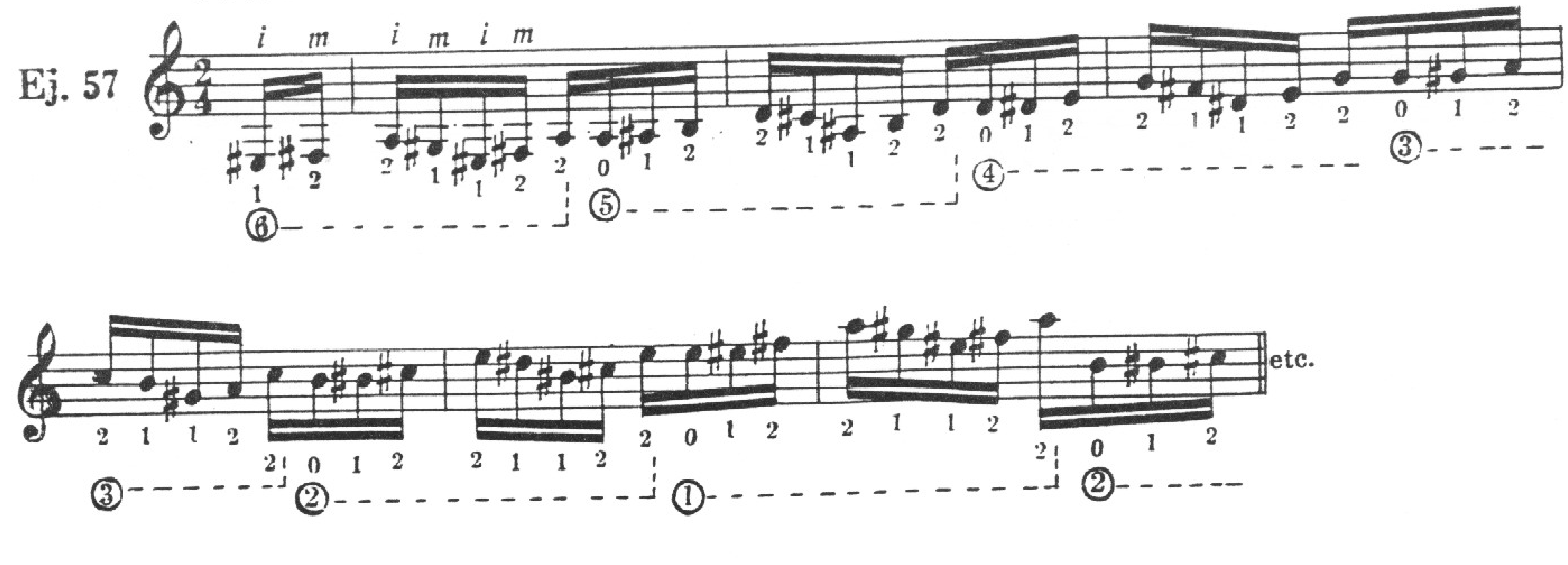
（移動至第三把位）

Ej. 56



（移動至第四把位）

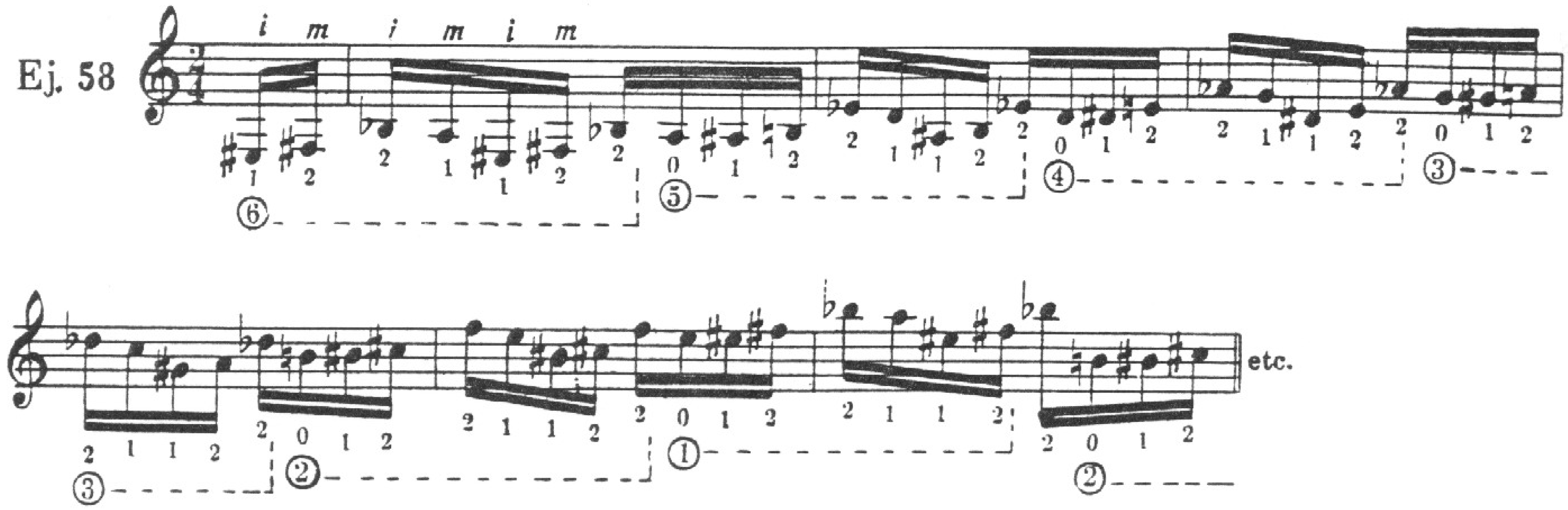
Ej. 57



遠距把位移動

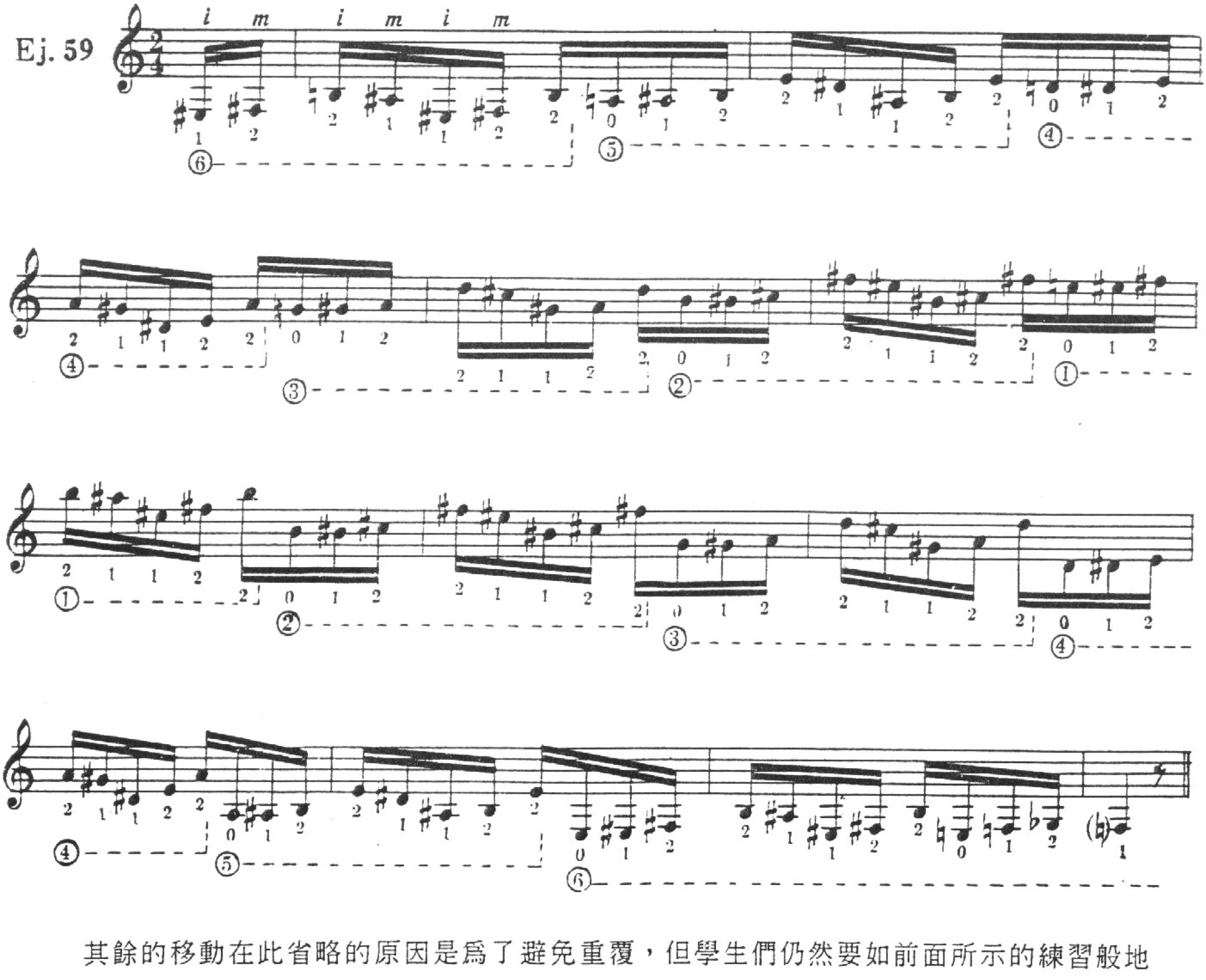
（移動至第五把位）

Ej. 58



（移動至第六把位）

Ej. 59



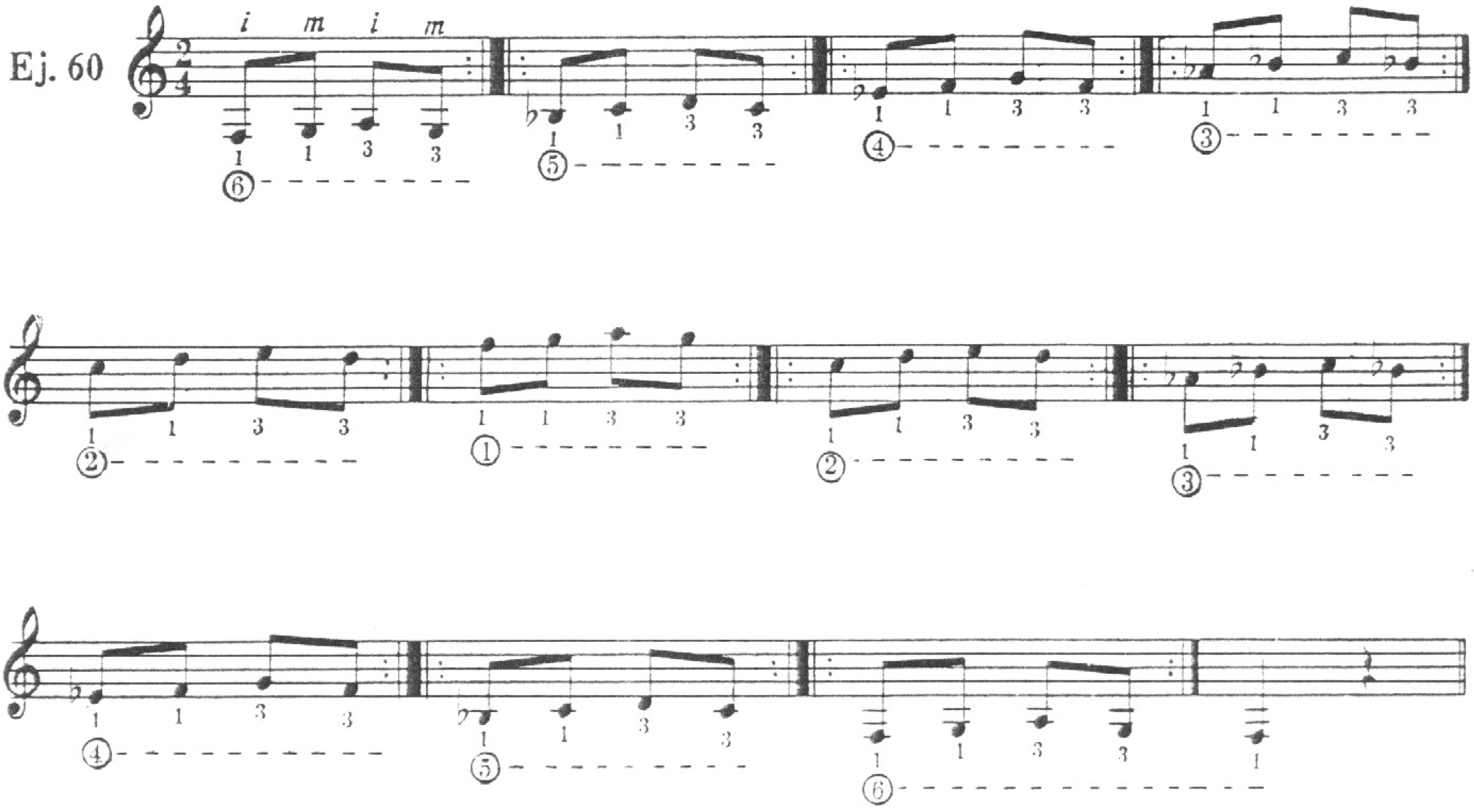
其餘的移動在此省略的原因是爲了避免重覆，但學生們仍然要如前面所示的練習般地練至第八把位。

使用1指上行，3指下行的移位移動

下面譜例只列出第三、第五及第七把位的移動練習，其餘的把位練習留待學生自行選擇。

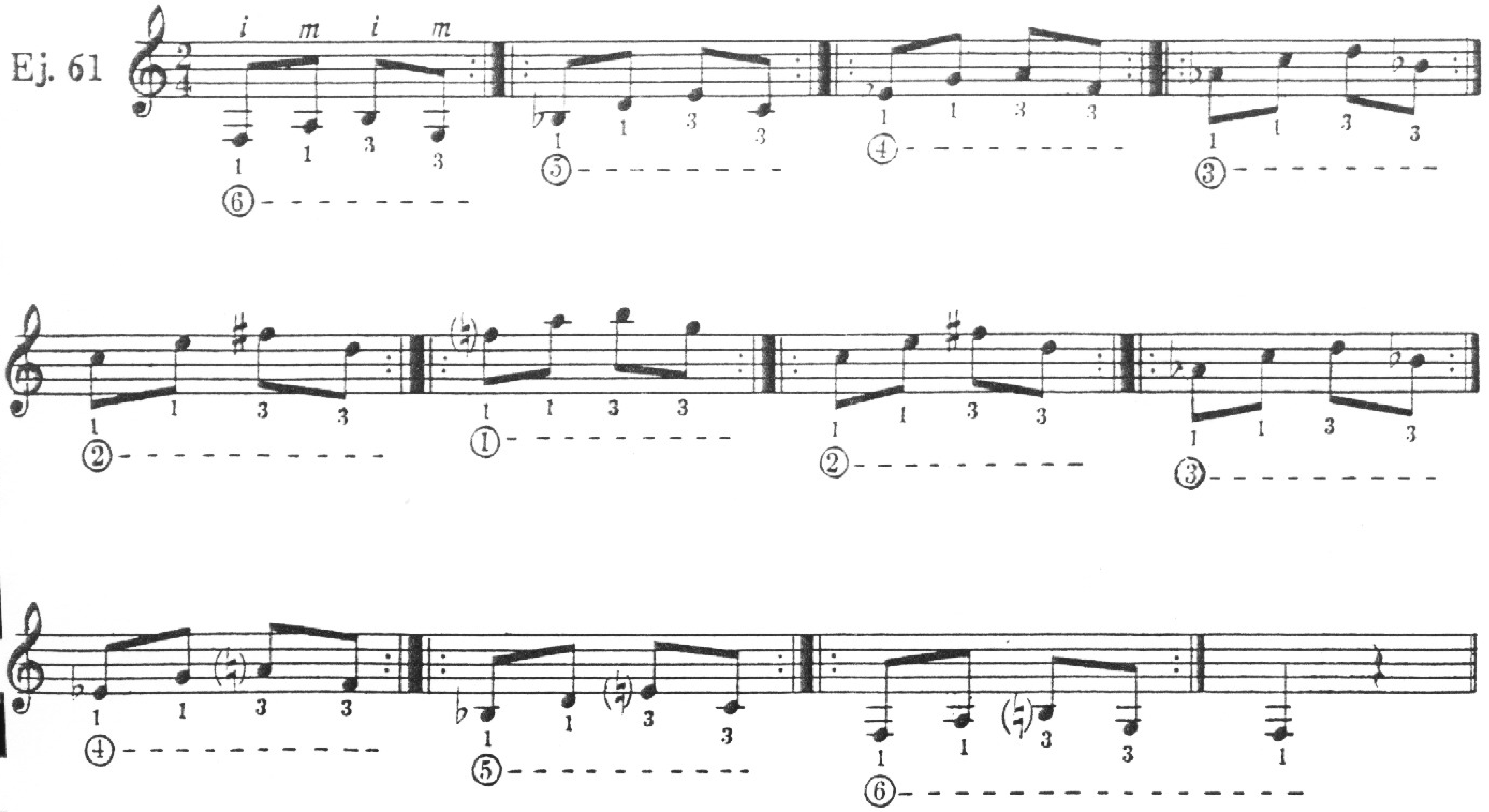
（由第一移動至第三把位）

Ej. 60


i m i m
⑥
⑤
④
③
②
①

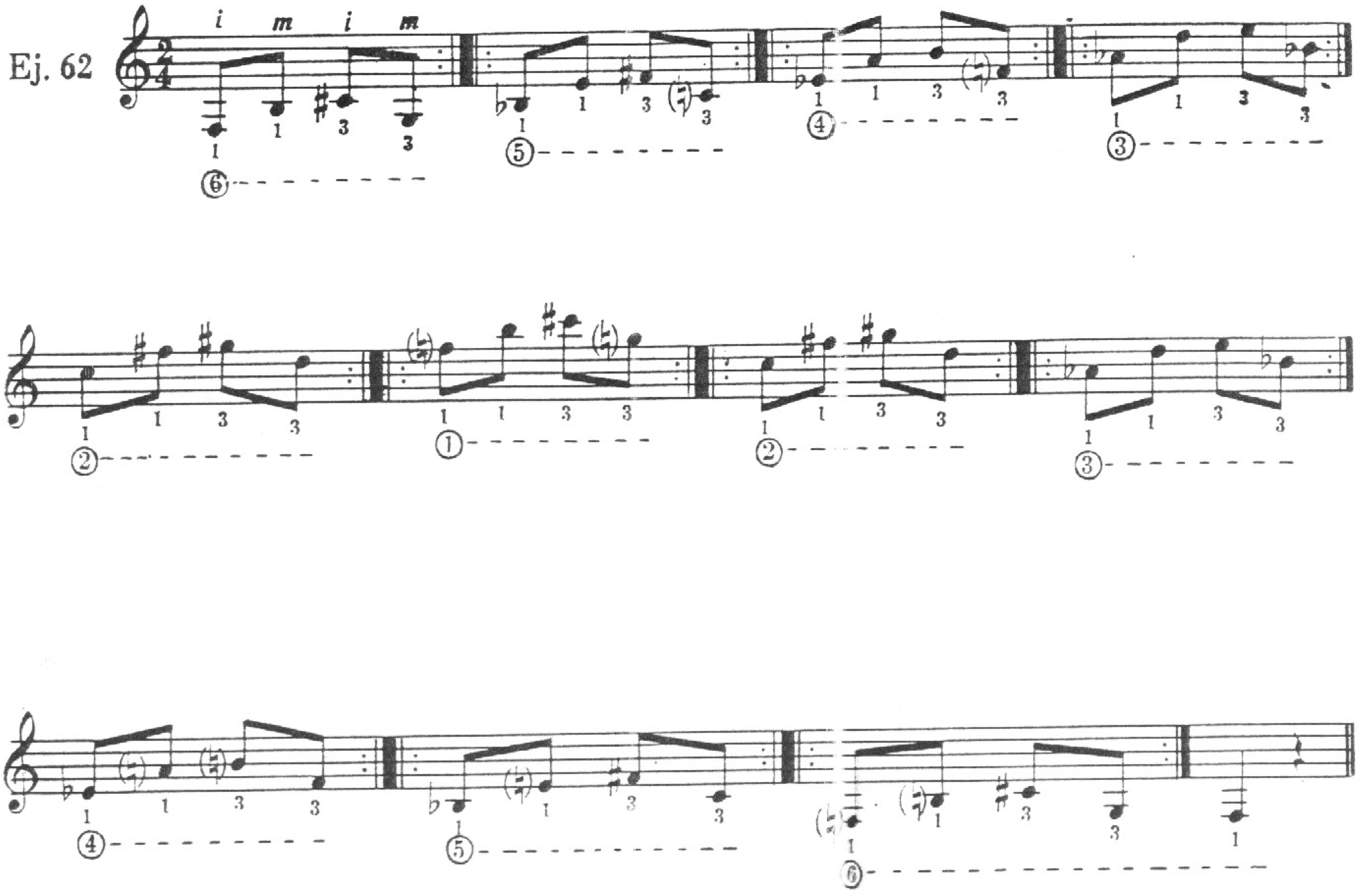
（由第一移動至第五把位）

Ej. 61


i m i m
⑥
⑤
④
③
②
①

（由第一移動至第七把位）

Ej. 62

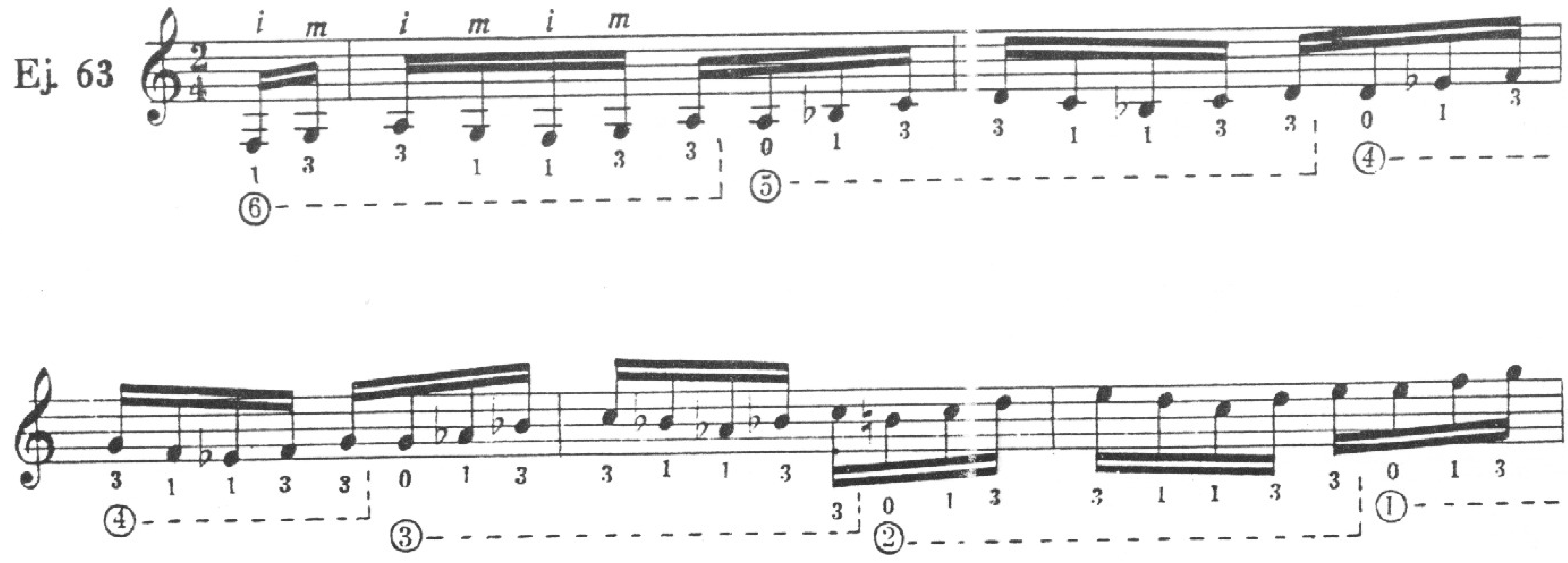

i m i m
⑥
⑤
④
③
②
①
②
③
④
⑤
⑥

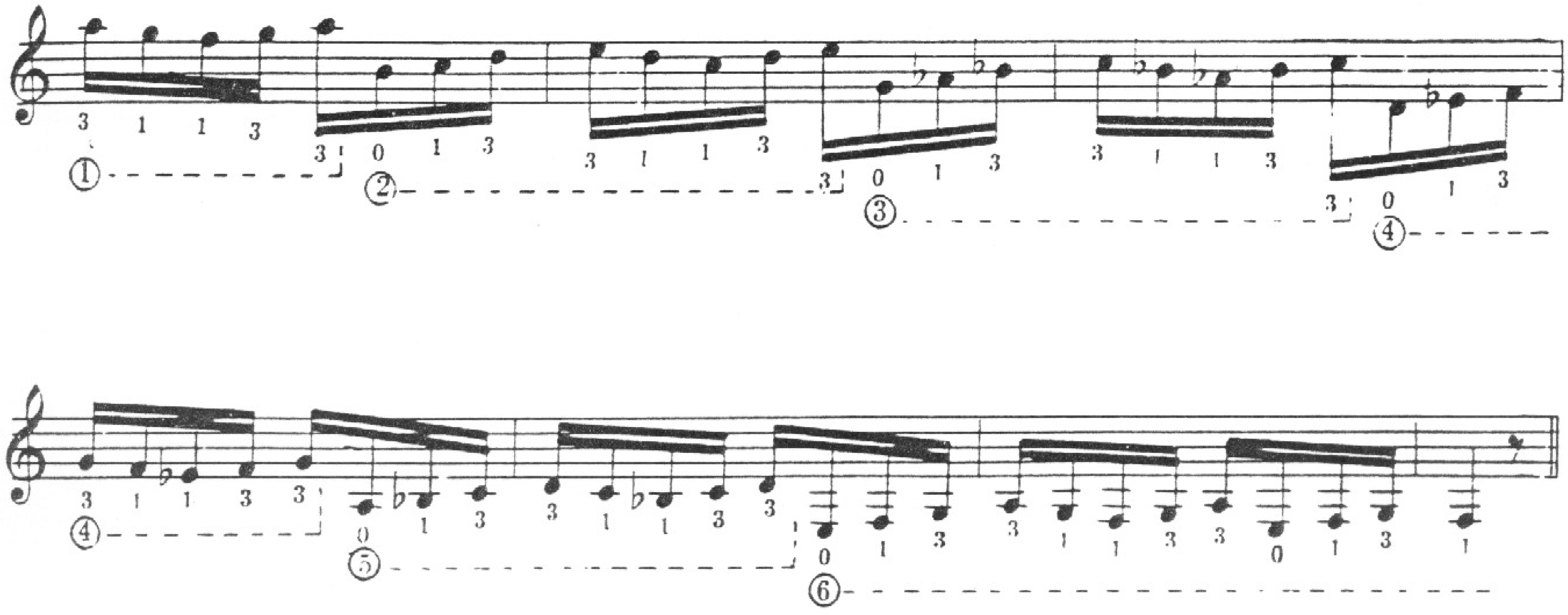
使用3指上行，3指下行的移位移動

下面譜例只列出第三、第五及第七把位的移動練習

（由第一移動至第三把位）

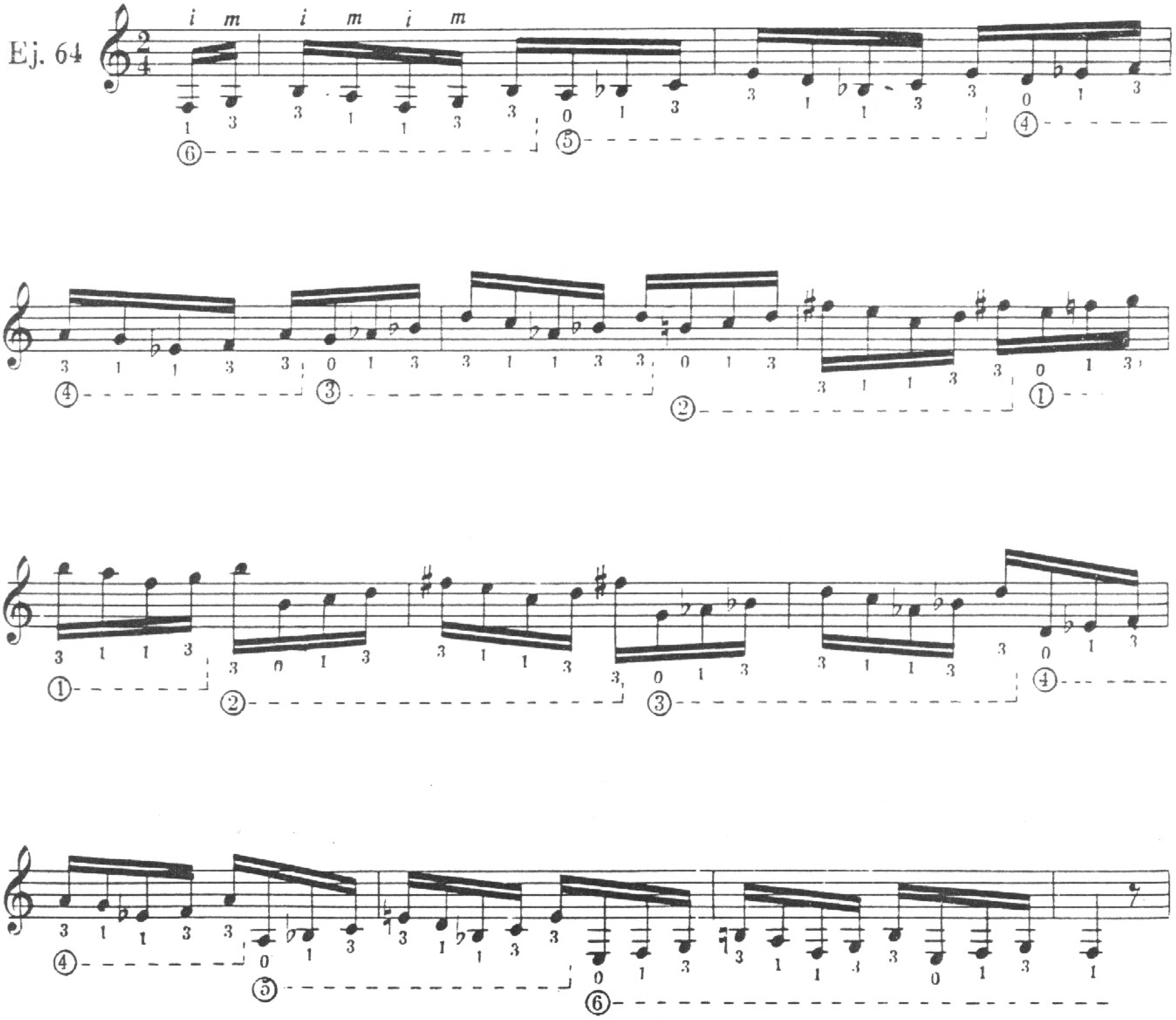
Ej. 63


i m i m i m
⑥
⑤
④
④
③
②
①



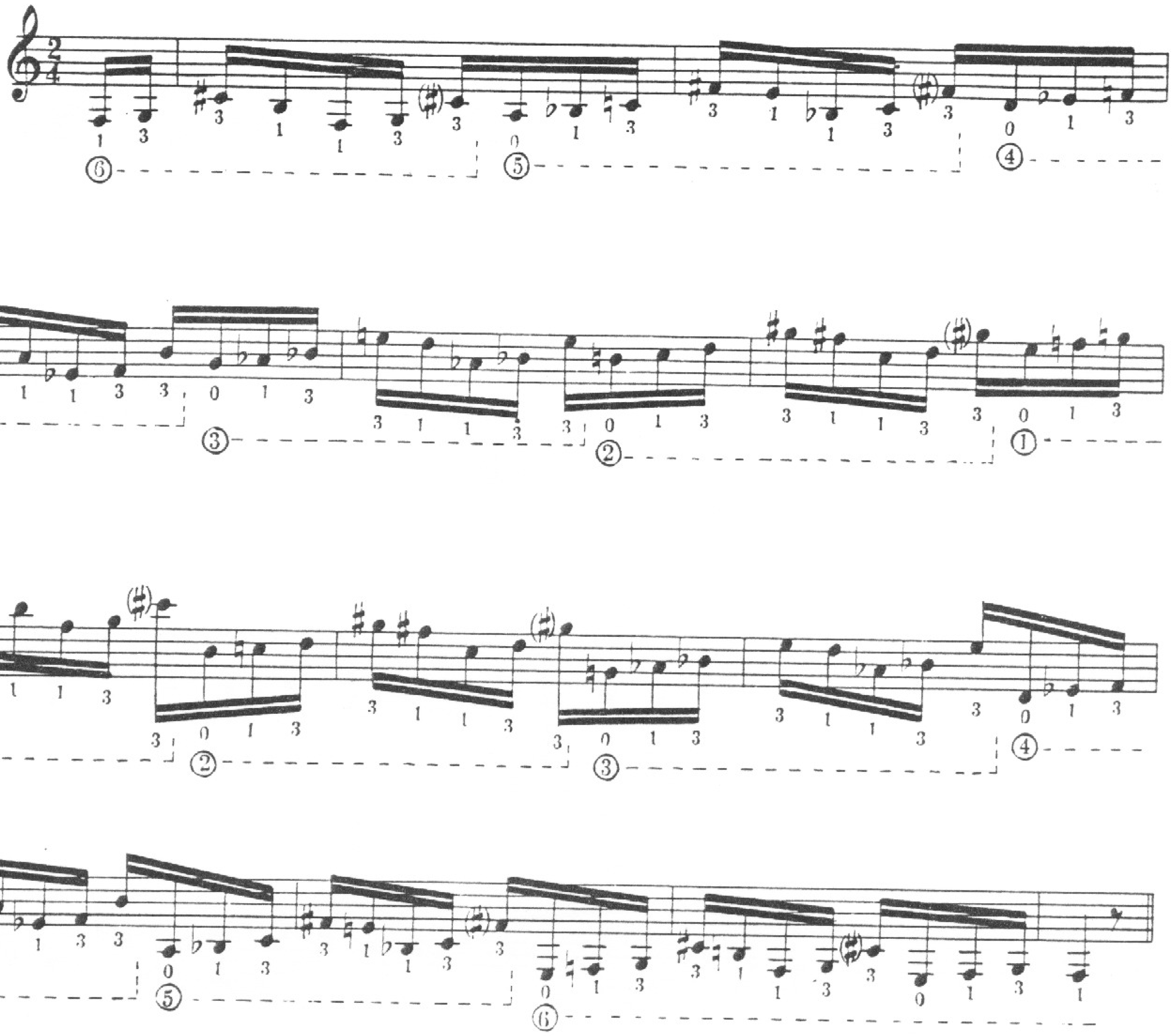
（由第一移動至第五把位）

Ej. 64



（由第一移動至第七把位）

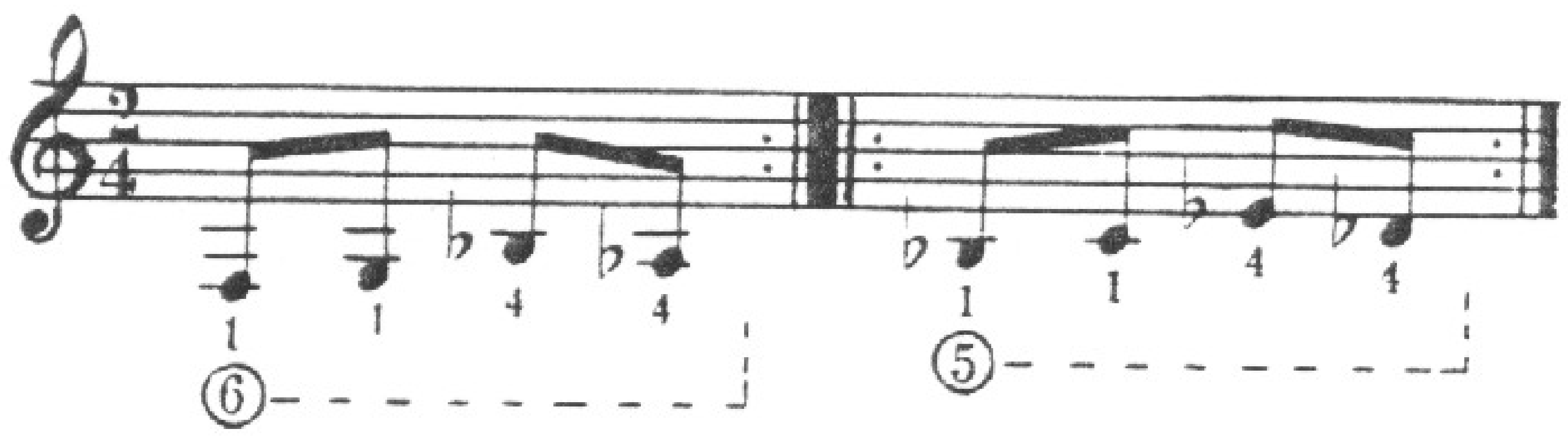
Ej. 65



使用1指上行，4指下行的移位移動

（移動至第三把位）

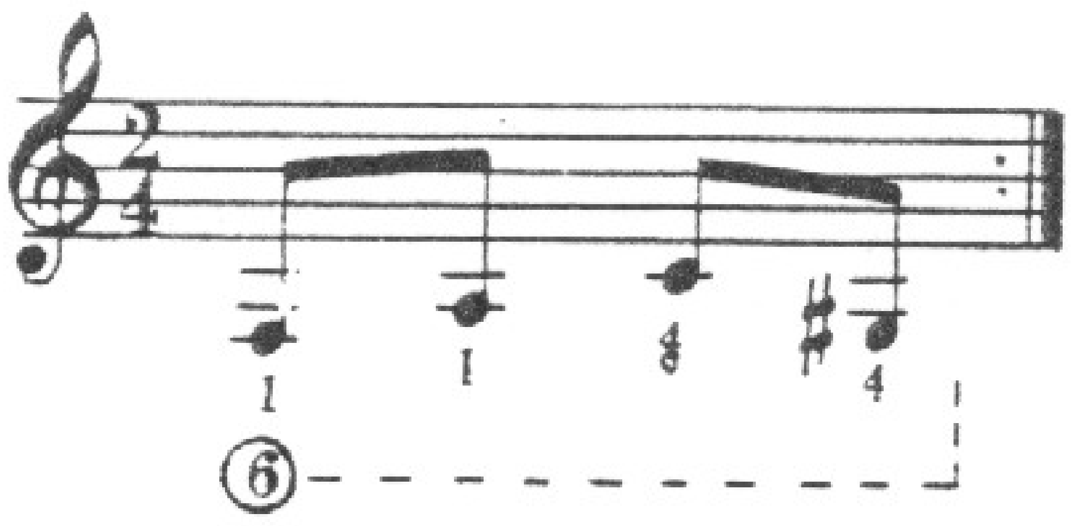
Ej. 66

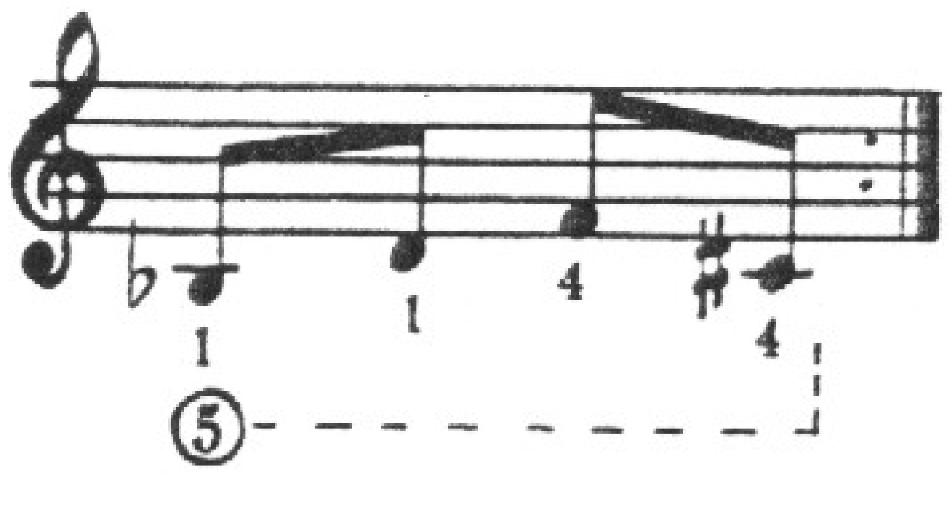


etc.

（移動至第五把位）

Ej. 67

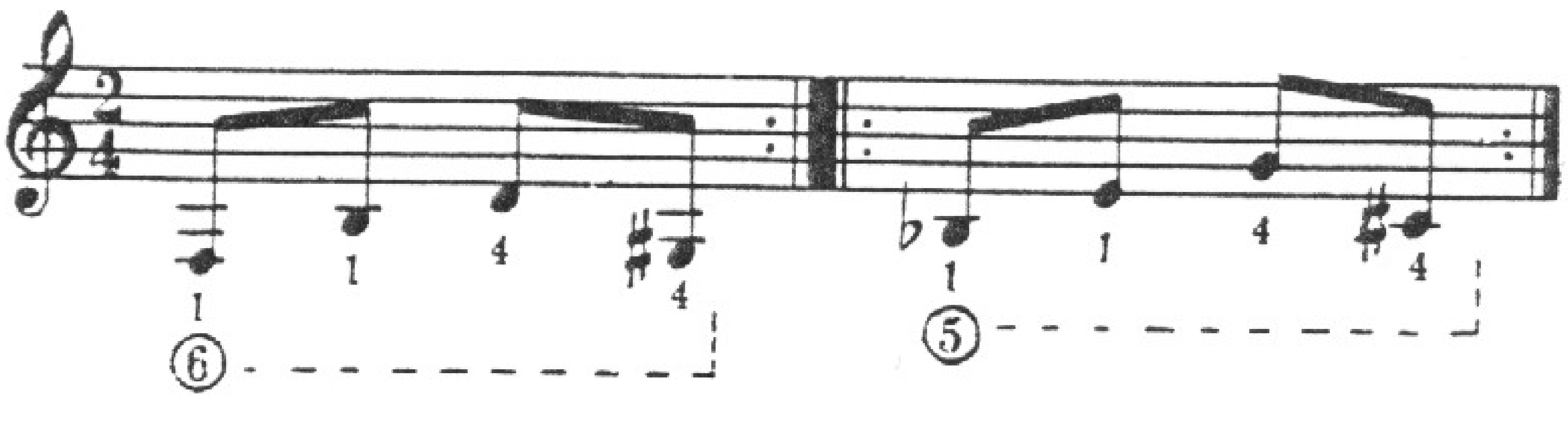




etc.

（移動至第七把位）

Ej. 68



etc.

三、跳躍移動

左手的跳躍移動並無共同要素來導引，手必須由原先的把位跳躍至新的把位。手指不是藉由移位或替換來移動，而是完全地改變手的位置。手臂必須與手的移動動作緊密地結合，事實上是由手臂執行指板上的移動動作，這個觀念在變換把位時必須隨時謹記在心。

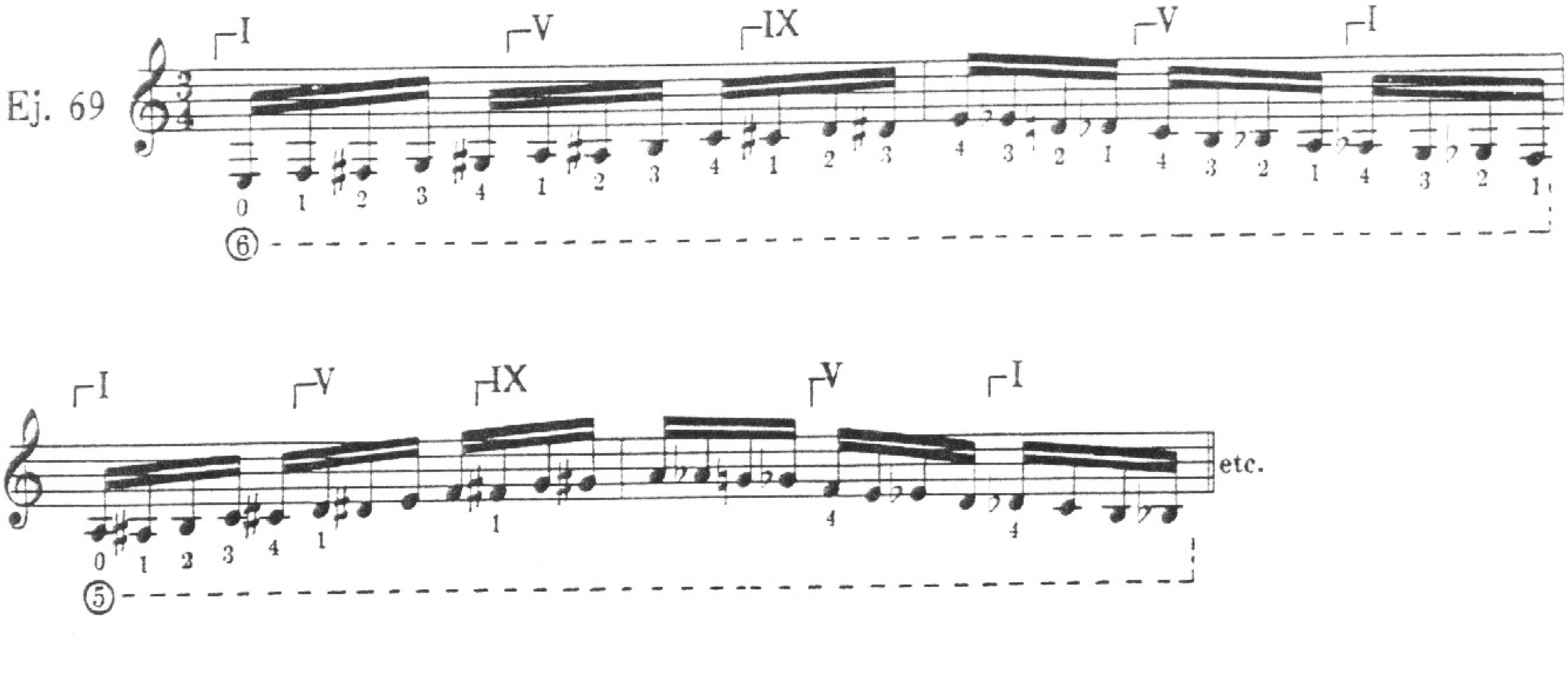
相鄰指的跳躍

譜上的羅馬數字是指示左手的把位變換及1指在指板上的位置。

使用四個手指的半音階

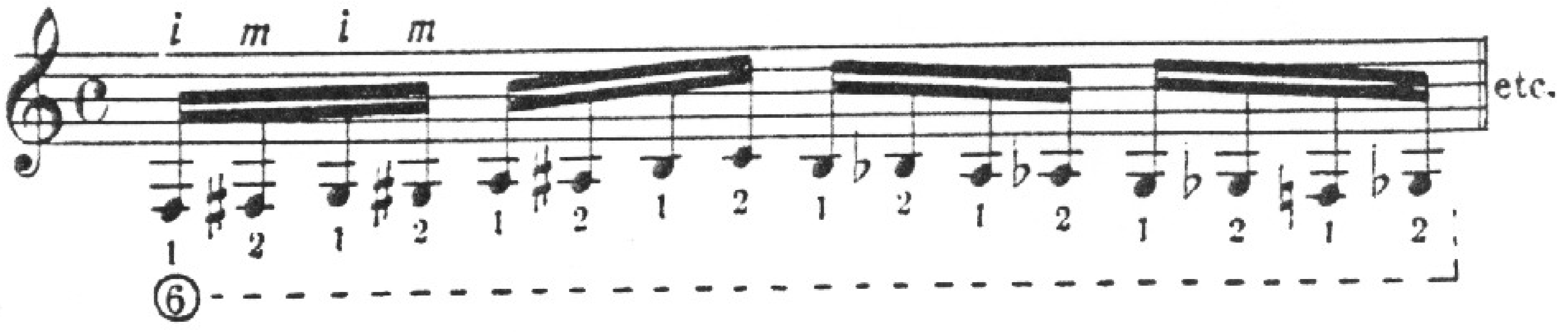
在此必須聲明，雖然1指是顯示手所在的把位位置，但它卻不一定放置在指板上。

Ej. 69


I
V
IX
V
I
0 1 2 3 4 1 2 3 4 1 2 3 4 3 2 1 4 3 2 1 4 3 2 1
⑥
I
V
IX
V
I
0 1 2 3 4 1 1 4 4
⑤
etc.

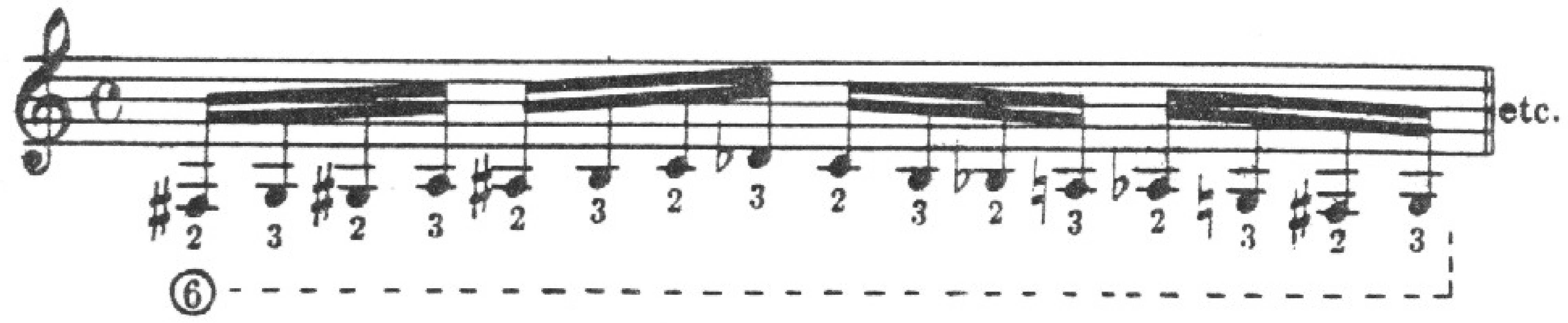
1指和2指的跳躍

Ej. 70


i m i m
1 2 1 2 1 2 1 2 1 2 1 2 1 2 1 2
⑥
etc.

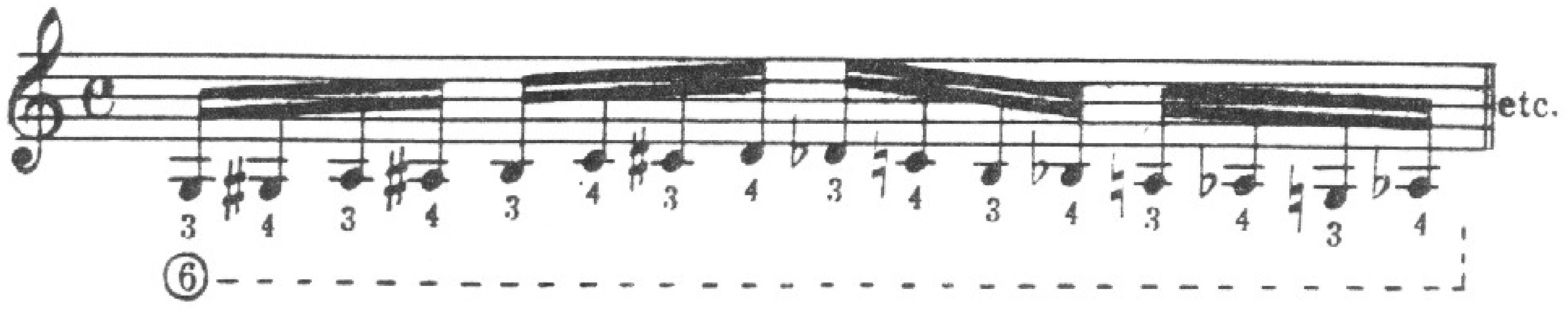
2指和3指的跳躍

Ej. 71



3指和4指的跳躍

Ej. 72

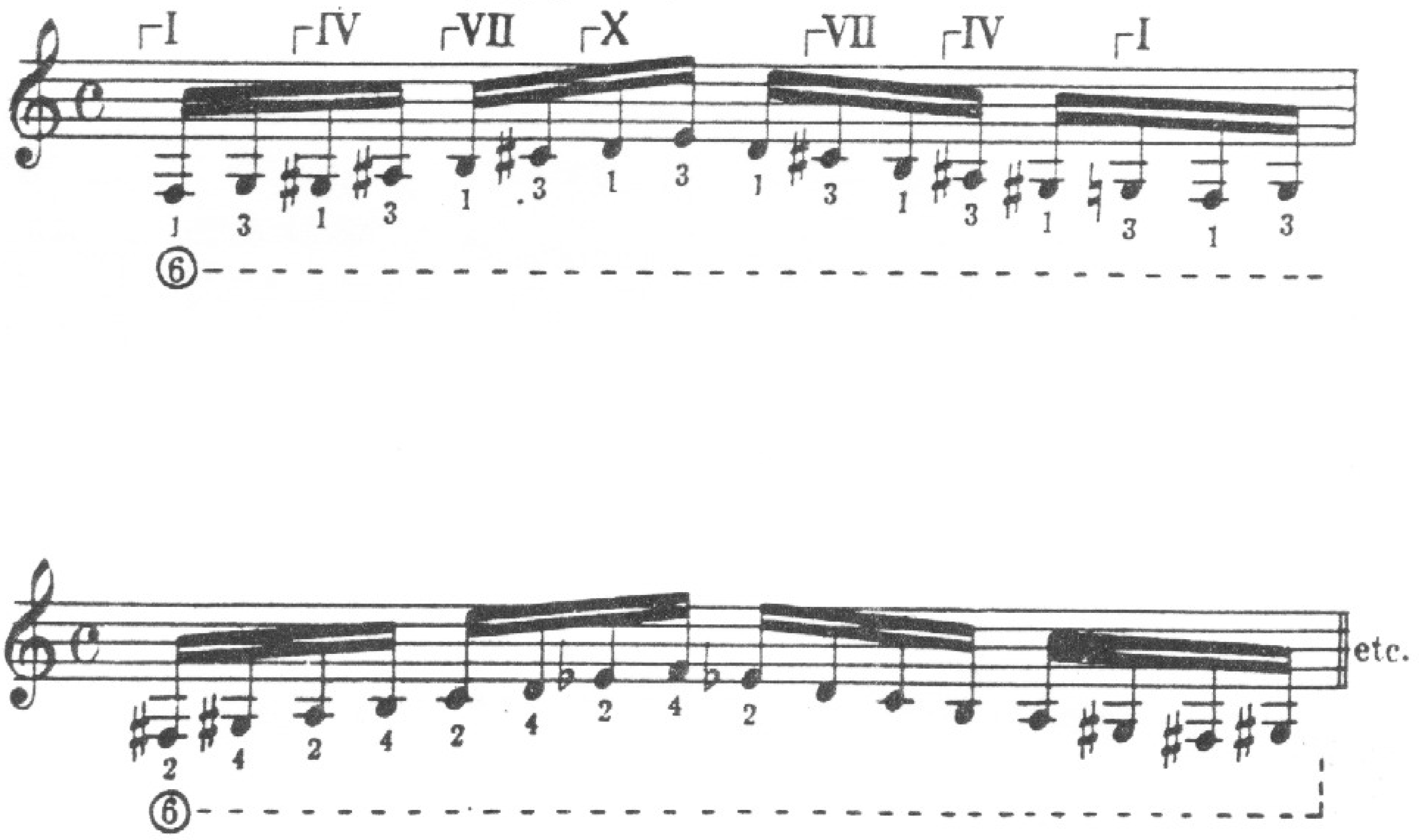


這些練習必須在所有的弦上做完，如果學生們不能持之以恆地做完這些練習，則將無法獲致好的效果。

間隔指的跳躍

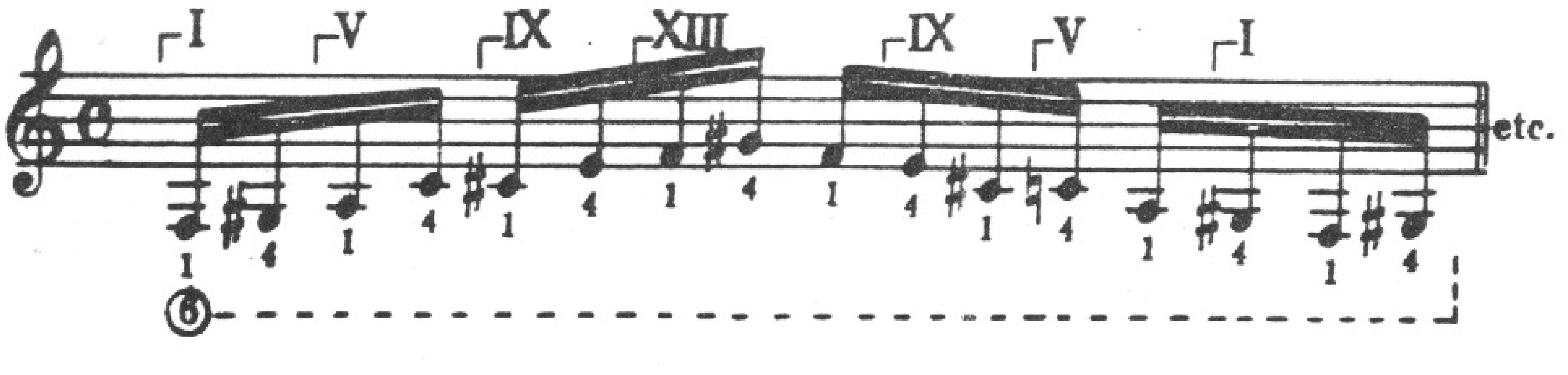
1－3及2－4指的跳躍

Ej. 73


I
IV
VII
X
VII
IV
I
etc.
⑥

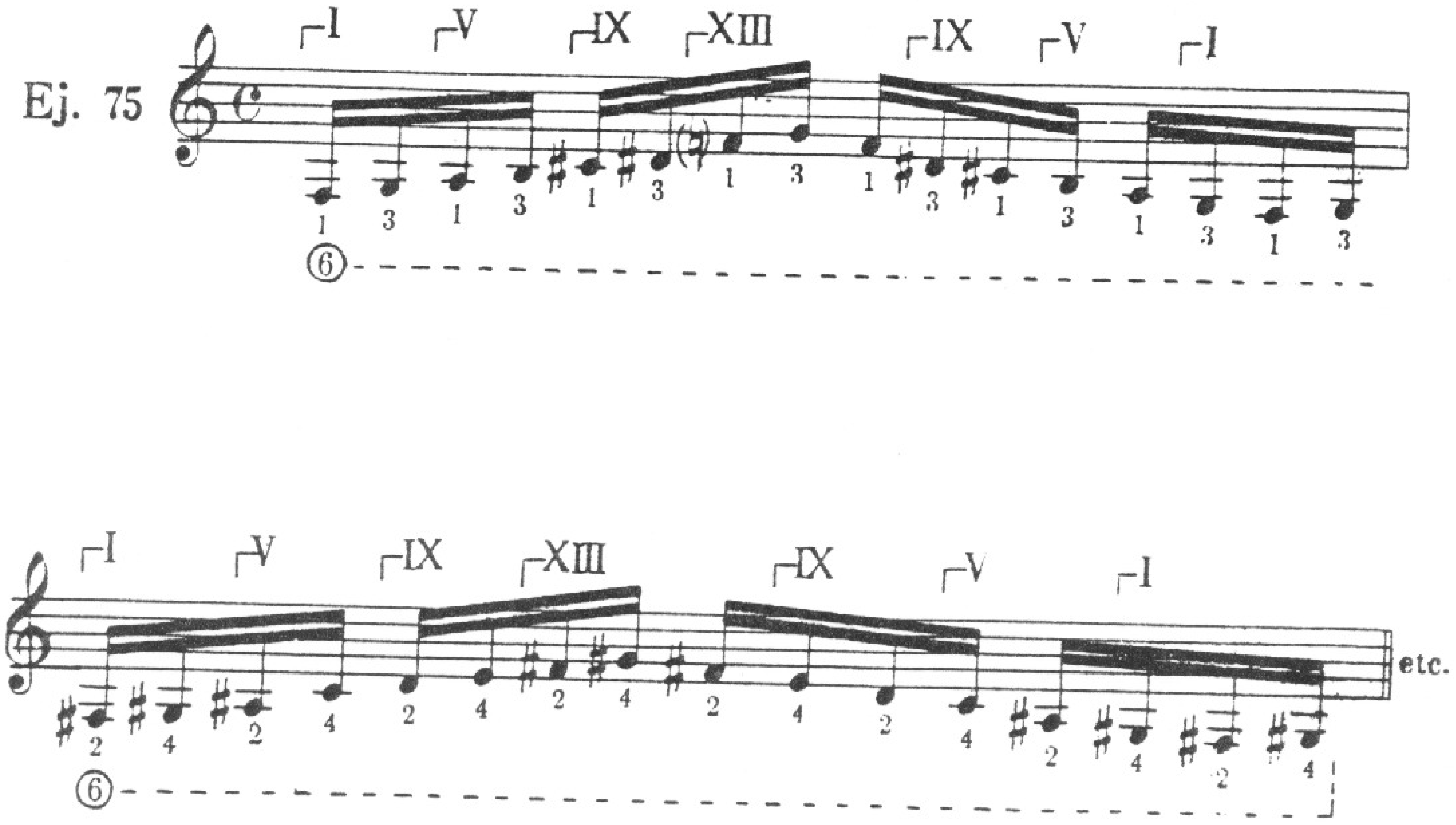
1－4指的跳躍

Ej. 74


I
V
IX
XIII
IX
V
I
etc.
⑥

使用1－3及2－4指跳躍的六聲音階

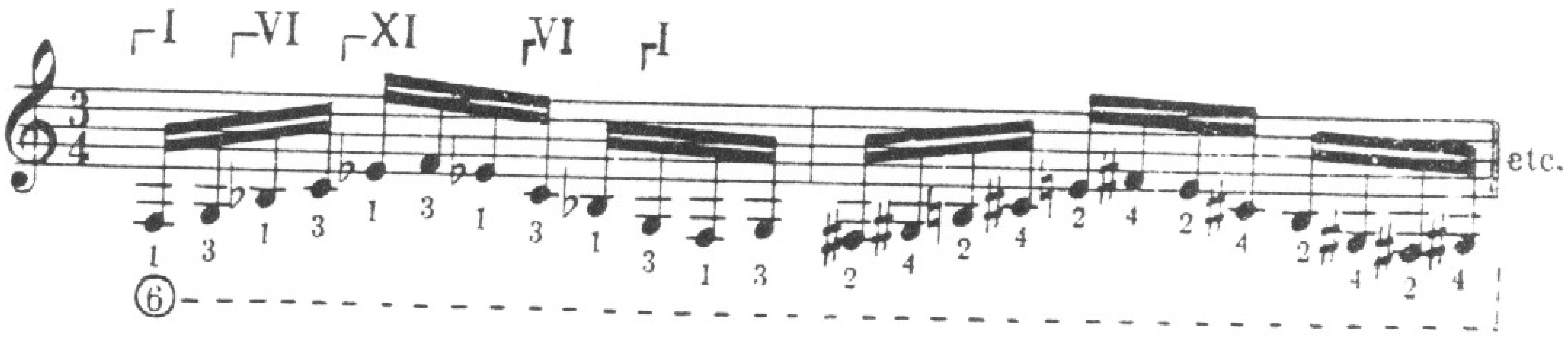
Ej. 75


I
V
IX
XIII
IX
V
I
⑥
etc.

把　位：I, VI 和 XI

完全四度的跳躍

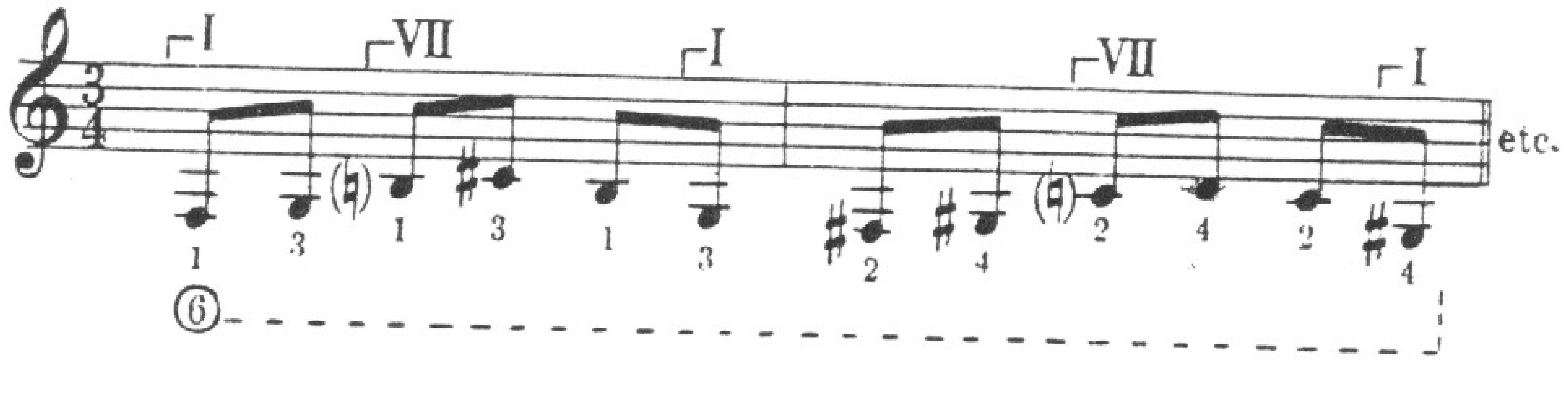
Ej. 76


I
VI
XI
VI
I
⑥
etc.

把　位：I, VII

增四度的跳躍

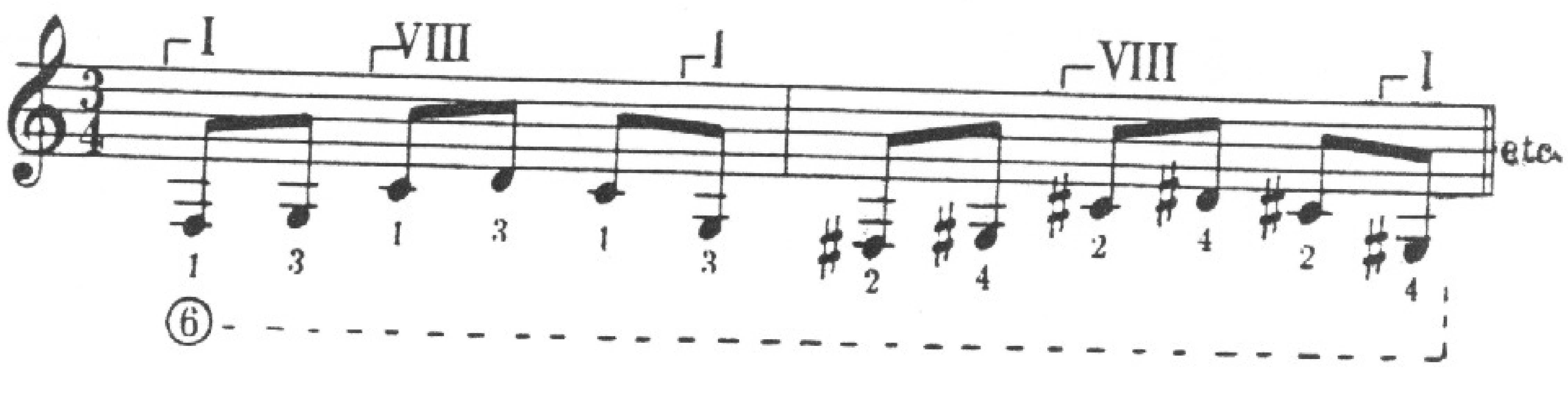
Ej. 77


I
VII
I
VII
I
⑥
etc.

把　位：I, VIII

完全五度的跳躍

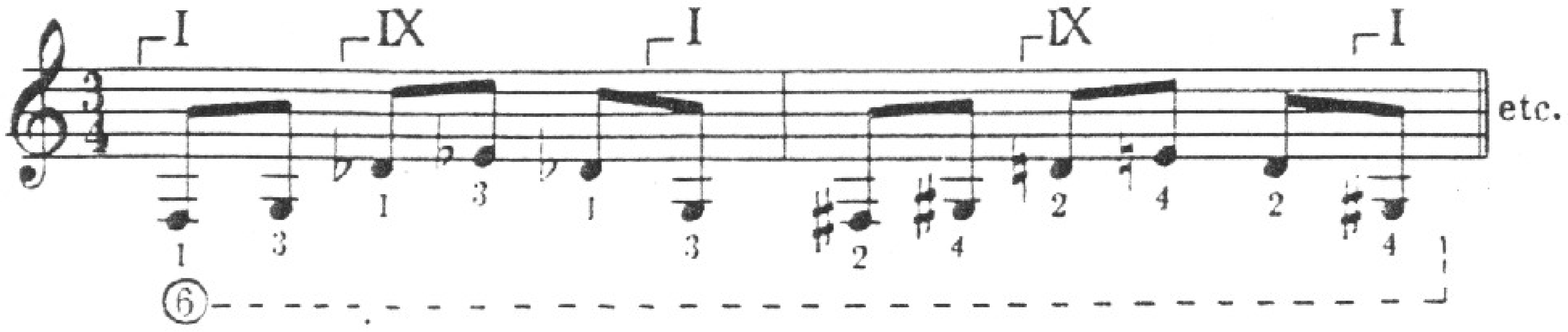
Ej. 78


I
VIII
I
VIII
I
⑥
etc.

把　位：I, IX

小六度的跳躍

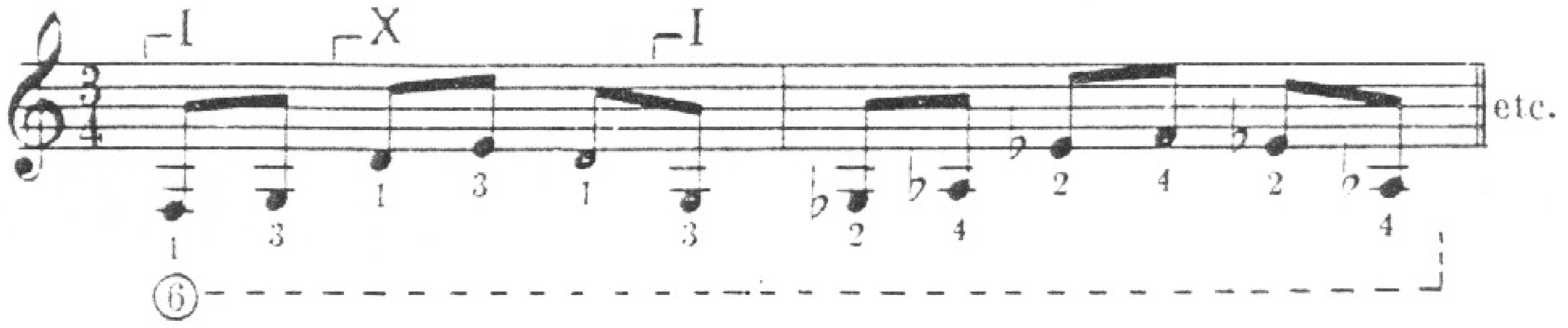
Ej. 79


I
IX
I
IX
I
⑥
etc.

把　位：I, X

大六度的跳躍

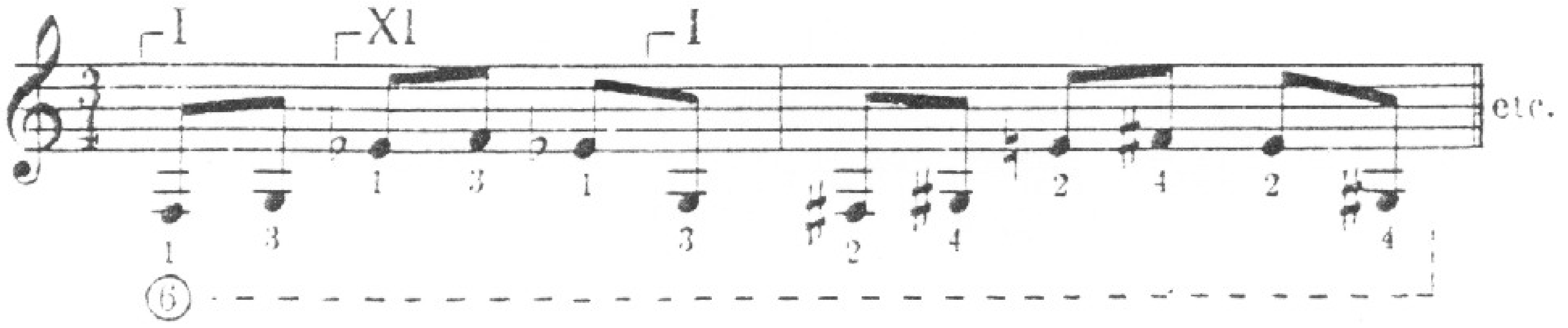
Ej. 80



把　位：I, XI

小七度的跳躍

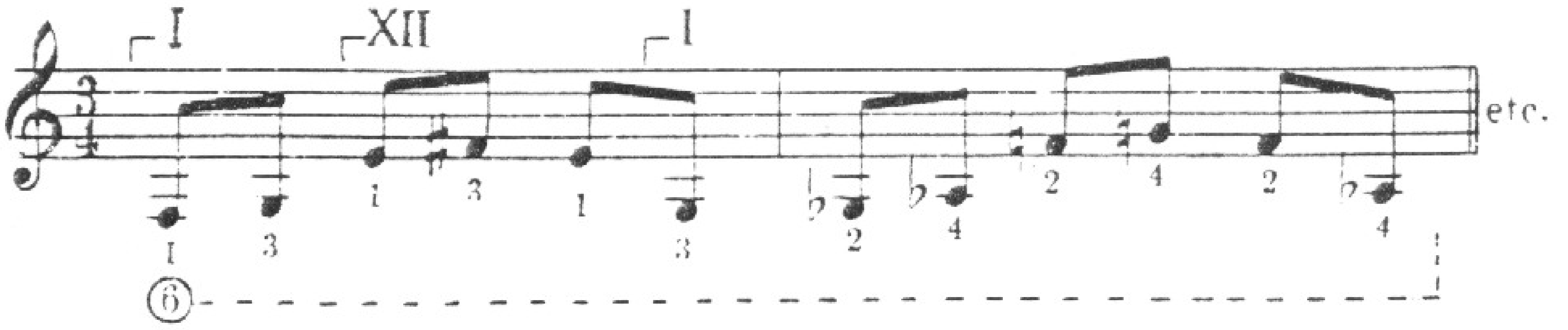
Ej. 81



把　位：I, XII

大七度的跳躍

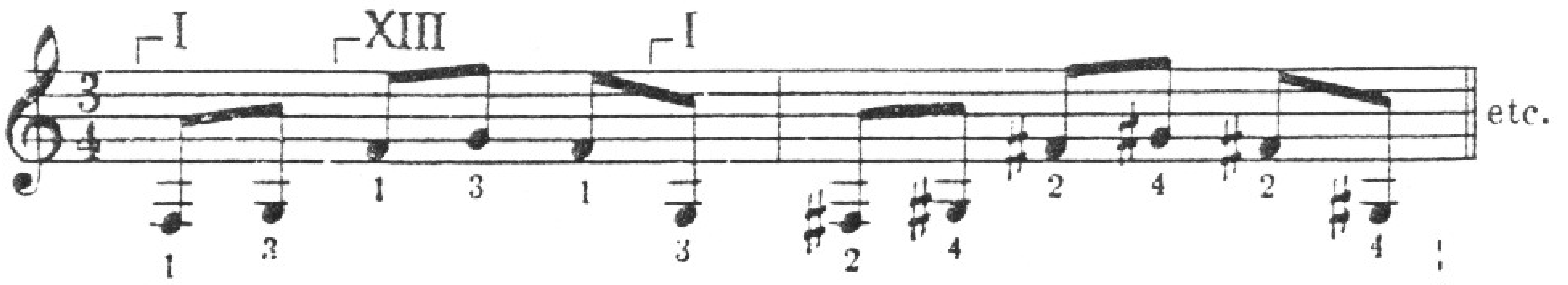
Ej. 82



把　位：I, XIII

八度跳躍

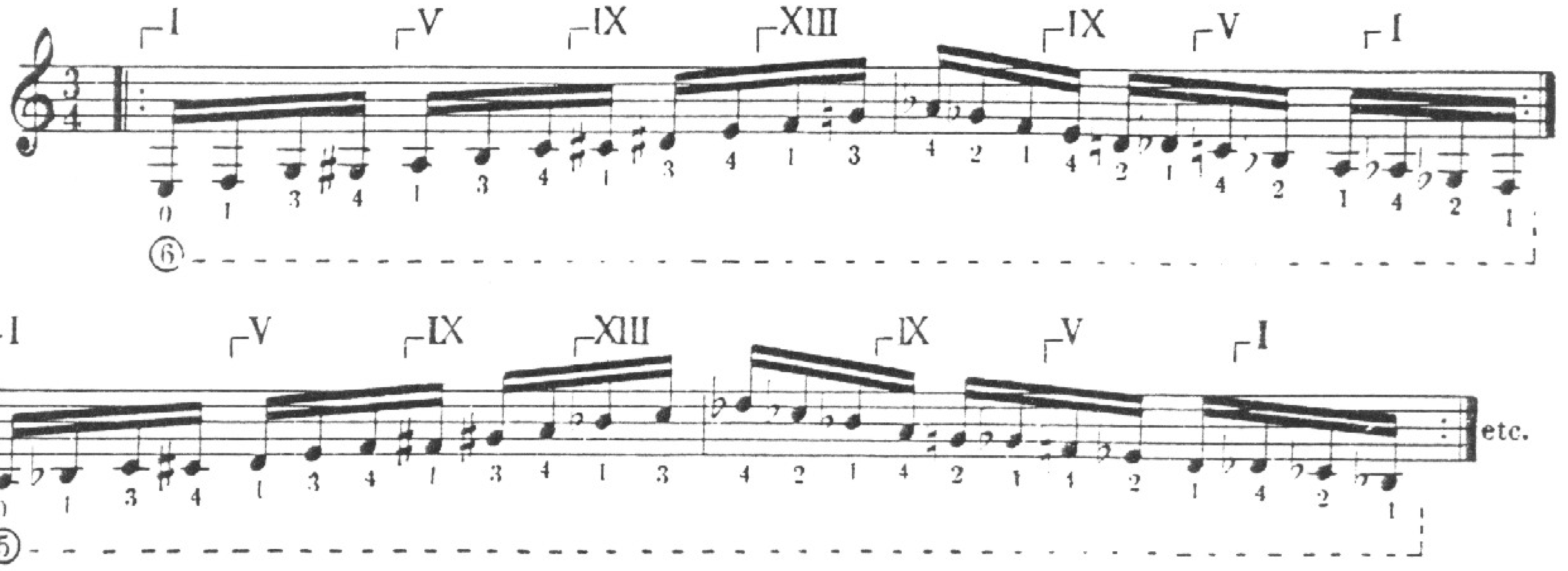
Ej. 83


I
XIII
I
⑥
etc.

省略一個手指：以（１－３－４）指上行，（４－２－１）指下行的練習。

這個練習是在指板上第一、五、九及十三把位上移動。

Ej. 84


I
V
IX
XIII
IX
V
I
⑥
I
V
IX
XIII
IX
V
I
etc.
⑤

練習84必須在所有弦上完成，亦即從第六弦到第一弦，再回到第六弦結束。學生們並要集中注意力在速度上，但仍要掌握左手移動時的控制力，以避免彈出不自然，不清晰的音粒。

這個練習的最長完成時間是1分20秒，但這類型的練習並不須要使用節拍器來配合。

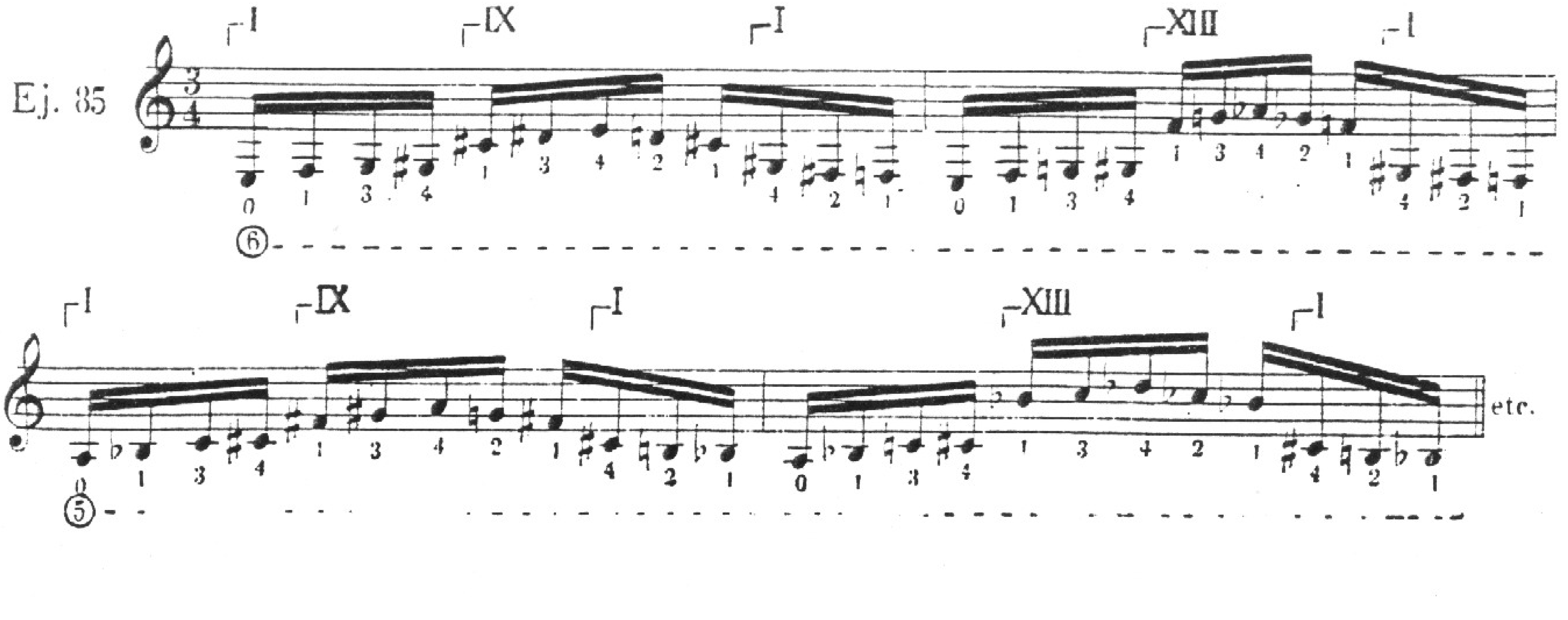
完成第一階段後，學生們就要開始努力來增加速度，但無論在任何情況下都要能彈出清晰的音粒。

每當左手在移動時，手指都必須從指板垂直抬起以避免產生奇怪的擦弦雜音。

遠距把位的跳躍移動

（在此省略了第五把位的練習，因爲它已在練習84中練過了。）

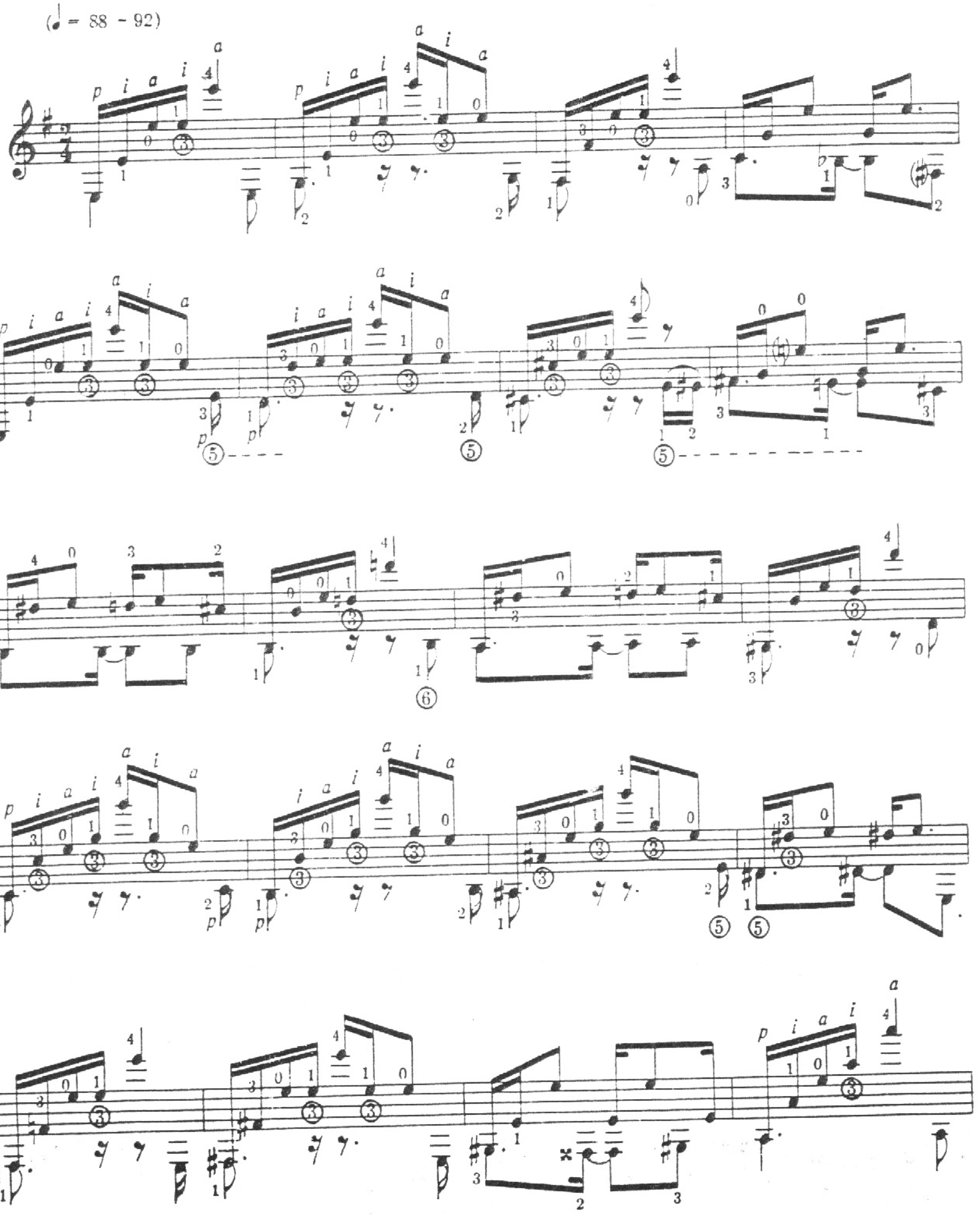
Ej. 85

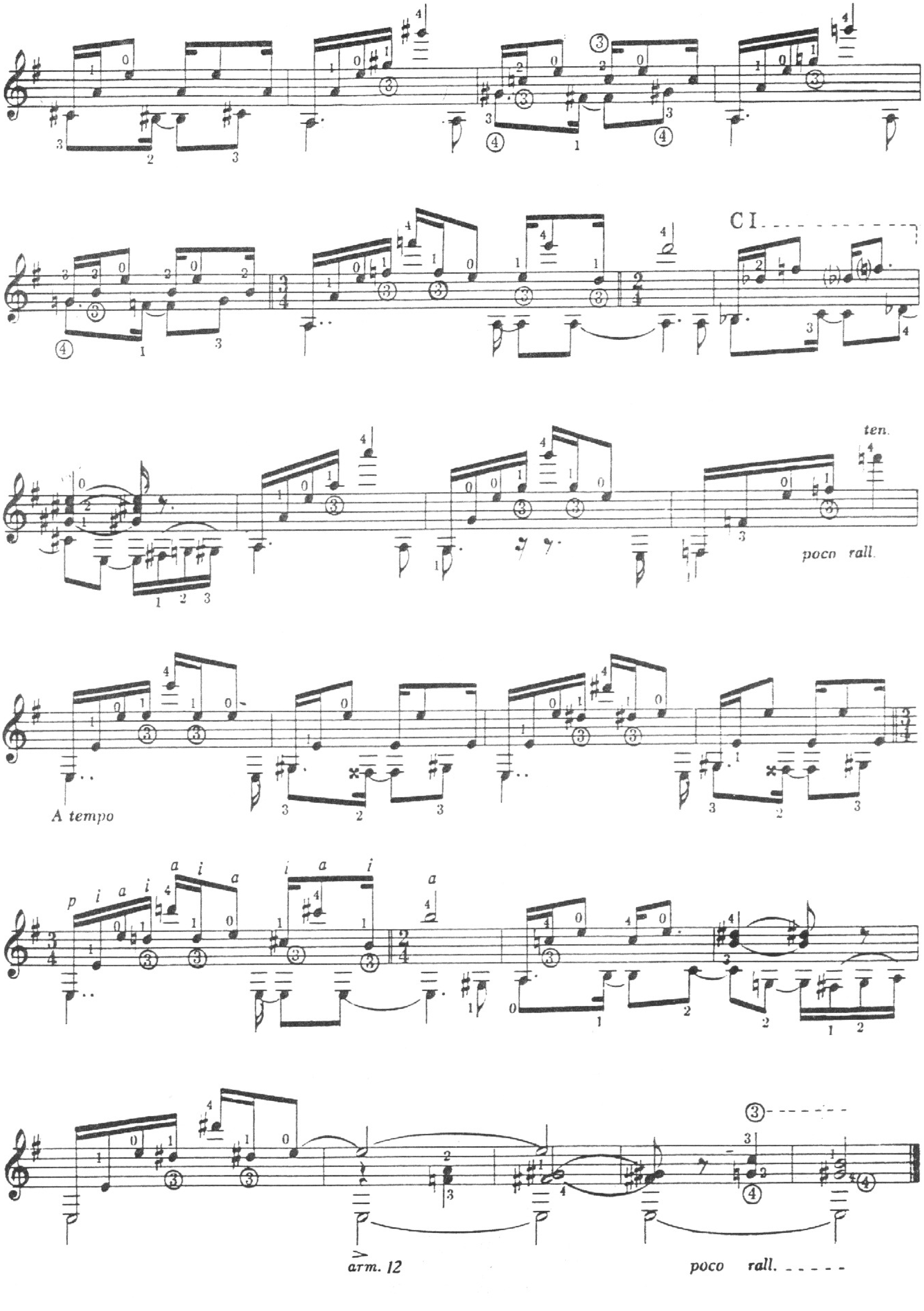

I
IX
I
XIII
I
⑥
I
IX
I
XIII
I
etc.
⑤

八度跳躍移動

一旦以正確及合理的運指完成一個練習後，無論這個練習何時再出現，仍然要如前面說明般地完成它，亦即：如能仔細地練習正確的動作，則日後將會發現技巧有長足的進步。

Ej. 86




C I
ten.
poco rall.
A tempo
p i a i a i a i a i
a
arm. 12
poco rall.